# الطب الحربي

فى القرن الشامن عشر من خيلال الأرجوزة الشقر ونية

> تحقیق ویعلیق د، سیسدر الستسازی تعریب وتقدیم د.عبدالهادیالشازی



# الطب العربي في القرن الثامن عشر من خلال الأرجوزة الشقرونية ·

# الطبالعربي في القرن المامن عشر من خلال الأرجوزة الشقرونية

تحقیقوتعلیق د سکدرالتازک

تعربيب وتقديم د.عبدالهادىالٺازى



٤٠٤١ هـ ع ١٩٨٤م

ب التدارم الرحيسم

## فهرس متواد الشقونية

الاهـــداء ٠٠٠٠	•	•	•	•	•	٠	٠	•	11
اعتراف بالجميل ٠٠٠٠	•	•	•	•	•	•	•	•	۱۲
تقسديم ٠٠٠٠	•	•	•	•	٠	•	•	٠	۱۲
تمهيــد ٠٠٠٠	•	٠	•	•	•	٠	•	٠	١٤
القسم الأول :									
تقديم المخطوطات • •		•	•	•	•	•	٠	•	۱۷
عرض تاریخی ۰۰۰۰		٠	•	٠	٠	٠	٠	•	19
القسم الثاني :									
الأرجوزة الشقرونية •		•	٠	٠	•	٠	•	•	40
مبادىء الطب العربى		٠	•	•	•	•	٠	•	77
القسم الثالث :									
التعليــق • • • •		•	٠	٠	•	•	٠	•	41
ما يتعلق باللباس الصحى		•	•	•	•	•	٠	•	24
ما يتعلق بتهوية المساكن		•	•	٠	•	•	٠	•	ŧŧ
ما يتعلق بصحة المسافر		•	•	•	•	•	٠	•	٤٦

شهدت كلية الطب مناقشة اطروحة تعنير الأولى من نوعها في 
تاريخ جامعة محمد الخامس \* ويتعلق الأمر بالرسالة التي قدمها 
للطالب بدر التازي حول الطب القربي في القرن الثامن عشر من 
خلال الارجوزة الشقرونية ، وهي الارجوزة التي نظمها الطبيب 
عيد القادر بنشقرون ، معاصر السلطان المولى اسماعيل \*

وقد كانت المناقشة باشراف البروفسور عبد اللطيف ينشقرون ، استاذ في المسالك البولية ، ومشاركة البروفسور المكتور عبد اللطيف يريش عضو اكليمية الملكة المغربية والسيد الريس بليميي ، استاذ في التشريح الطبي •

وقد نجسح المكتور بس التازى بسرجة مشرفة للغاية مع تهنئة لجنة التحكيم واتخاذ قرار بالمبادلة العلمية مع الكليات الطبية وكذلك ترشيح الأطوحة للجازة المخدسصة للرسائل الطبية •

# الإهداء

الى والنتي والى والدى ••

تقديرا لعنايتهما واهتمامهما وتربيتهما • لقد كانا دائما وراء ارشادى الى طريق العمل عطريق النجاح ، والى النعلق بالقيم الروحية •

بىر

#### اعتراف بالجميل

سيظل الدكتور عبد اللطيف بن شقرون الأستاذ المبرز بكلية الطب من جامعة محمد الخامس منقوشا بذاكرتى وانا استعرض المامى المراحل التى قطعتها فى انجاز هذا العمل •

لقد منحنى من ارشاداته ما مساعينى على تحقيق أمنيتى في الوقت المنسب ٠٠ كما لا أنسى السادة الأسانذة : عبد اللطيف بربيش أمين المس الدائم لأكاديمية الملكة المغربية ، والأستاذ ادريس بن يحيى الأستاذ المبرز بكلية الطب ٠٠ واخيرا والدى الدكتور الاستاذ عبد الهادى التازى ٠٠ لاولئك ولكل الذين عملوا على أن يصبح هذا التراث في متناول الجميع عبارات تقديرى واعترافي بالجميل ٠

ليس لأنه ولدى ولكن لأنه عندما طلب مساعدتى له في اعداد هذا العمل لاحظت أنه صادق في طلبه ماض في خطئه ، وبالرغم من أن ثقافته العربية لم تكن في مستوى ثقافته في اللغة الفرنسية ، الا أن المجهود المتوالي الذى بذله طيلة خمس سنوات كاملة جعله يتغلب على كل المساعب التى كانت اللغة تقرضها ومكذا اكتشفت أن « الأرجوزة ، قد افائته بقدر ما أفادها هو عندما بعثها من مرقدها وقدمها ليس فقط الى قراء اللغة العربية ولكن كذلك الى قراء احدى اللغات العالمية الحية وهى اللغة العربية ولكن كذلك الى قراء احدى

وقد سعدت أن أشهد ... ضمن الذين شهدوا ... مناقشة اطروحته الهامة بكلية الطب في جامعة محمد الخامس في صيف ١٩٨٠ ، ولكني سعدت اكثر من هذا أن أسمع عن نجاحه بدرجة مشرفة للغاية وعن تهنئة لجنة التحكيم التي اتخذت قرارا بترشيح الأطروحة للجائزة المخصصة للرسائل الطبية •

لقد فتح الدكتور بدر التازى ملفا من اهم الملفات فى تاريخ الطب ٠٠ انه ملف العودة الى الأصول الأولى التى كان يعتمد عليها اسلافنا فى ممارساتهم اليومية والتى تقتضى من طلبتنا أن يتمعنوا فى دراسستها واسستيعابها ٠٠ والعناية بها ٠

د٠ عبد الهادي التاري

### يتمهيد

كثيرا ما اثار ميدان الطب العربي استطلاع الناس سواء في ذلك المتخصصون أو غيرهم حيث راينا عددا من المؤلفات تهتم بالموضوع ، وقد كان من بين هذه الكتب « تاريخ الطب العربي » الذي الفه البكتور لوكليرك وكذلك الأعصال الحديثة المتعلقة بالبحث التاريخي والترجمة والاهتمام باعداد القواميس ۱۰ الغ مدا طبعا الى جانب الخدمات الجليلة التي قدمها الدكتور رونو والاستاذ كولان اللذان امتما بصفة خاصة بالطب العربي في المغرب الأقصى واللذان استغدنا من أعمالها في الخدمة التي نقدمها اليوم تحت عنوان : ( الطب العربي في المقرن الثامن عشر من خلال الأرجوزة الشقرونية ) و وتعني كلمة « الأرجوزة » وزنا خاصا خفيفا من أوزان الشعر العربي ، كان العلماء القدامي يستعملونه لتشجيع ذاكرة الطلاب على الحفظ ، ومن المعلوم أنه نفس الوزن الذي نظمت عليه مثلا « أرجوزة » سعيد بن عبد ربه والرازي وابن سينا وابن طفيل (١) ،

 <sup>(</sup>۱) أميليو فرسية غومس : قصيدة سياسية لابن طفيل لم تنشر ، مجلة المهد المسرى
 للدراسات الاسلامية عدد اول ۱۹۵۳ .

مبد الهادى النازى: الوحلون وجبل طارق مجلة ( افاق ) الفريبة يناير ١٩٦٣ . دولا كومن: أرجوزة في الطب مجلة اشتطرة ( الاسبانية ) المدد الأول مديد ١٩٨٠. محمد العابد الفامى : مخطوط نادر لابي يكر بن طفيل : مجلة التربية الوطنيسة المربسل ١٩٨٣ مد

اما كلمة الشقرونية فهي في الداقع نصبة الى مؤلفها الطبيب عبد القادر ابن شقرون ، وكان قد فعل ذلك استجابة لسؤال وجه اليه بواسطة قصيدة شعرية من وزن دالرجز ، ايضا ، وكان السائل هو احد تلامذة الطبيب اد نشقرون المشهرين كذلك في دنيا الثقافة المغربية وهو الشيخ سيدى محمد. صالح بن المطي الشرقي()

ويتعلق الأمر ببحث صحى ، خصص القسم الاكبر منه لفن التغذية شربا واكلا ( أو علم الصحة الغذائية ) ، ودو بتناول كذلك دراسة ميادين أخرى من علم الصحة بما في ذلك ما يتعلق باللباس الصحى وبالسغن الصحية وبالسغر الصحى ، بل أن المؤلف تناول موضوعات اخرى تتعلق بتركيب الأدوية بالوسائل الوقائية والعلاجية .

وبالرغم من أن هذه الارجوزة أنجزت في فترة تعتبر فترة انتكاس بالنسبة للطب العربي الأم الذي كانت تمكسه بعض القاطع ، بالرغم من ذلك ، فانها أي الأرجوزة تقدم لنا فائدة حقيقية يمكن أن نعرف قيمتها ورزنها بما حفظه التاريخ لها من تمكنها من احتلال مركزها بين ذلك الفيض من المؤلفات والأعمال الطبية المائلة من الذي حررت على ذلك العهد حيث وجدناها ضمن المواد التي تدرس بجامعة القروبين بفاس الى بداية هذا القرن العشرين ، الأمر الذي يفسر للدوافم التي كانت وراء طبعها في مطبعة فاس الصجرية عام ١٩٠٦ وفي مطبعة ترس في نفس الفترة .

وانه بالاضافة الى قيمة الأرجوزة من الناحية الطبية البحتة ، فانها تقدم لنا من جهة أخرى فائدة تاريخية فيما يتعلق بالطب العربى ، مبادئه الاساسية وتجاربه ، هذا علاوة على الفائدة اللغوية حيث اكتسبنا عددا من التعبيرات والمفردات القنية المتعلقة سواء بعلم التغذية أو تركيب الادوية ·

<sup>(1)</sup> يتمت الشيخ مصعد ( يقتم الم ) بالشيخ الداوك ، ويغمي باللسام احتبارا الصلاحه وقاء ، وهو ابن النيخ صيدى مصعد المقد المعلى ( يقتم الطاء ) ابن الزايف عبد الخصائق بن هند القادر بن سبدى مصعد ( قنحا ) المحمو المعرى صاحب وادوة أبن الجبد من فاداة ( المقرب ) فوق أول المحرم عام ١٠٠١ ، وقد اللف معدا من الكتب حول السادة ( شرقارة ) وصول زاويتم كان منها « الروش الفاتح في مناقب الشيخ سيدى حصد المعر صالح » وقد تفرع عن وارية أبن الجبد الأم هدد من الروايا في المدن الفرية » تذكر منها على سبيل المثل تزرية قي حوقة التوامرين من قاس ... الساوة ج آ و ١٦٢ ، الاستقصاح ٨ – ١٥ – ١٦٠ م ١٣٤ .

على أن الأرجوزة لم يهمل من لدن علماء الاستشراق المتخصصين الذين أولهما عنايتهم وهم يعالجون « القضايا الغربية » ، وتذكر من هؤلاء على الخصوص الدكتور ( رونو ) الآنف الذكر الذي لم يفته - وهو بتحدث في احدى دراساته المتعلقة بالأطباء المغاربة الذين اشتهروا قبل بسط الحماية الفرنسية على المغرب - لم يفته أن يستعرض عناوين طائفة من قصول الأرجوزة اضافة الى ترجمة مختصرة لناظمها ومؤلفها الطبيب ابن شقرون .

وقد كان الهيف من هذا العمل ، قبل كل شيء ، هو ان نجعل الأرجوزة في متناول الذين يهتمون بالموضوع ، ولهذا الباعث قمنا بوضعها في سياقها التاريخي الطبي حيث ابتدانا بتصديد اصولها التي توجد سلفا في الطب الأغريقي ، وحيث بسطنا القول حول الباديء التي ارتكزت عليها الاسطورة ، وفيك قبل أن نتصدى لنسخها وترجمتها المصحوبة بمعجم العبارات التقنية . وفي هذا الصدد لابد أن نؤك أن الأداة التي كنا نعتمد عليها في خيمتنا كانت هي بالدرجة الأولى كتاب المكتور روير Renaud والبروفيسور كولان Colin السلفي الذكر ، وكذاك كتاب تحفة الأحباب (١) وأخيرا القوامس المتعلقي بألفاظ الطب المغربي ، ومع ذلك فين الاتصاف القول بأن المقردات والتعابير المستعملة في الأرجوزة لا توجد كلها في تلك القوامس مد نفضا الى الالتجاء في كثير من الأحبان الى مصادر بيبليوجرافية اخرى اشرنا اليها في الوقت في كثير من الأحبان الى مصادر بيبليوجرافية اخرى اشرنا اليها في الوقت الناسب ، بل والى الاستفسارات الشفهية عندما يقتضي الأمر نلك .

 <sup>(</sup>۱) تحقة الاحساب في آداب الطسام والثيراب للسيد محمن العاملي الشقرائي لؤيلً بعشق ، انظر محمم الطبوعات العربية تاليك شركيس •

#### تقديم المخطوطات

لقد اعتمدنا في نسخنا لهذه الأرجوزة على نص المخطوطتين الموجوبتين في « الخزانة العامة » بالرياط علاوة على نسخة الطبعة الحجرية بفاس •

وقد كانت المخطوطة الأولى التى نصطلح على اعطائها حرف (1) ضمن ( مجموع ) يحمل رقم ١٩٢٧/د وهو يحتوى على طائفة من الموضوعات المتنوعة حيث وجدنا الأرجوزة ( مع سؤال الطالب الشرقى ) ابتداء من صفحة ١/١١١ الى صفحة ١/١٧/ ب

وتحتوى « الشقرونية » على سبعة وستين وستمانة بيت بمعدل ثلاثة وعشرين بيتا في الصفحة ، كتبت بخط مغربي ، مشكول بيد اننا نجهل اسم الناسخ وتاريخ النسخ كذلك

اما المخطوطة الثانية التى نميزها بحرف (ب) فهى بدورها تقع فى ( مجموع ) يدمل رقم ١٩٩١/د حيث كانت الأرجوزة تقع من صفحة ١/٢٠٨ الى صفحة ٢٣٦/ب وهى كنلك تحتوى على سبعة وستين وستمائة بيت بحكم أن كل صفحة تحتوى على اثنى عشر بيتا ٠٠ وكانت كالنسخة الأولى مكتوبة بخط مغربى مشكول ، ولكنها على عكس الأولى تحمل تاريخ النمسخ الذى تم يوم الأحد ثالث شعبان المكلها على عكس الأولى تحمل تاريخ النمسخ الذى تم يوم الأحد ثالث شعبان المكلها هـ الموافق ٩ اكتوبر ١٧٧٤ م على يعد محمهد بن ابراهيم القرطبى الرباطي ٠

وان النسخة المطبوعة على المجر هى التي اعطيناها حرف (س) ، وهي كذلك توجد ضمن مجموع يحمل عنوان و مجموع المتون » حيث تحتل مكانها بين صفحة ٢٧٦/ب وصفحة ٢٠٤/ب بما في ذلك الأبيات المتعلقة بسؤال الطالب الشرقي ٠٠ وكانت الأرجوزة تتضمن ثلاثة وسبعين وستمائة بيت بمعدل ستة وعشرين بيتا في كل صفحة ، وهي بخط مغربي كسابقتيها ومشكولة ، علاوة على أنها متروءة أكثر من الأوليين ٠ وقد كانت المطبعة الحجرية التى اهتمت بهذه الأرجوزة هى بالذات مطبعة مولاى احمد بن عبد الكريم القاسرى الحسنى الذى أنجز هذا الطبع سنة ١٣٢٤ هـ الموافق ١٩٠٦ ــ ١٩٠٧ م ٠

وتبتدىء « الشقرونية ، بصفة عامة ، في النسخ الثلاث على هذا النحو :

ا الحمد شالحكيم المرشد الملهم الرشد لكل مهتد المازق الأقيادات المناء المنزل الغيث من السماء

وكما قلنا فان ارجوزة الطبيب عبد القادر بن شقرون كانت جوابا اسؤال احد اصدقائه تعمد مو الآخر ان يكون سؤاله على وزن الأراجيز ، وكان يحتوى على واحد وخمسين بيتا وردت تتصدر الأرجوزة • الشقرونية ، في كل من المخطوطة ( 1 ) و (س) ، ويبتدىء السؤال المذكور هكذا :

يا شيخنا النحرير حلو المنطق المتزيى بعزايا المسرق يا من علا الاتراب والاقرانا كما سما الدهر به وزانا

وقد تضمن النص النهائي الذي قدمناه الارجوزة مجموعة تتكون من أربعة وسبعين وستمائة بيت ، كما قلنا ، الأمر الذي كان ثمرة في الواقع لمحاولتنا الآخذ بما في النسخ جميعا ( 1 ، ب ، س ) حيث اكتمات الأرجوزة بفضل هذا الصنيع ، وقد حرصنا على انتبه الى أي خلاف قد يوجد بين النسخ الثلاث ، ونحيل القارىء نتيجة لذلك على هوامش الصفحات ، وقد رأينا من المفيد أيضا أن نورد نص السؤال بكامله على رأس الشقرونية نظرا لكونه مثبتا كذلك في كل من النسخة حرف (!) والنسخة حرف (س) •

# عرض سناديني

ليس في نيتنا أن نعالج في هذا الفصل بتفصيل ، تاريخ الطب العربي ، ولكن هدفنا فقط توضيح اصوله والوقوف باختصار على مراحل تطوره عبر العالم الى القرن الثامن عشر ، التاريخ الذي يتفق وتأليف ، الشقرونية ، ، وإن هذا سيساعدنا من جهة على تدقيق نوع الطب الذي كان يمارس في ذلك الوقت كما أنه من جهة أخرى سيمكننا من تحسد السياق الطبي في و الشقرونية ، •

وهكذا ففي عصر ما قبل الاسلام لم يكن هناك \_ على ما يبدو \_ هي سبب الجزيرة العربية سوى طب بدائي ، وتتيجة لذلك فان المعارف والمارسات الطبية الهلامة ٠٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة المنابقة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة المنابقة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة المنابقة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير المنابقة ١٠ وفي كثير من الأحيان كانت الهلامة ١٠ وفي كثير المنابقة المنابقة المنابقة ١٠ وفي كثير المنابقة الجزيرة العربية سوى طب بدائى ، ونتيجه دست من ،مسرب من الأحيان كانت أ المرافقة عن وفي كثير من الأحيان كانت أ المرافقة كانت ثمرة الملاحظة عن وفي كثير من الأحيان كانت أ المرافقة (١) • في المرافق

وقد احدث ظهور الاسلام ثورة بكل معنى كلمة الثورة في هذا الموضوع ، أن ١٢٠٠] وقد احدث ظهور الاسلام ثورة بكل معنى حدم سورد على وقد احدث ظهور الاسلام ثورة بكل معنى حدم سورد على والكفر وان ينشروا في المراد المراد المراد والكفر وان ينشروا والمراد والمراد والمراد المراد ا رسالة السماء وجدوا انفسهم المام اكتشافات وحصدرات رسم و مكذا فعند المرار المام الأخرى ويفتحون البلاد التي كانت تخضع لأمم غير الأمة العربية ، وهكذا فعند المرارك الم عيونهم فيما بعد عندما وصلوا الى بلاد ما بين النهرين والى بلاد فارس • • لقد ١١ إ كان الطب يدرس في معهد الاسكندرية من خلال كتب كاليان Galian • ومن هنا المرارك السنات حركة ترجمة تلك المؤلفات الى اللغة العربية • مرزون والأواري

وفي العالم الاسلامي كانت اول مدرسة طبية هي المرسة التي عرفتها بالاد الشرق ، الشهورة بأسماء شخصياتها العظيمة الكبيرة ، من أمثال الرازي ( ٨٥٠ ـ ٩٢٣ ) وابر نسينا ( ٩٨٠ ـ ١٠٣٦ ) وابن النفيس ( النصف الثاني من القرن الثالث عشر) •

Leclerc : Hist. de la med. Arabe.

امُن در

وقد اتبعت المدرسة الشرقية بالمدرسة الغربية حيث وجدنا ( ابا القاسم الزهراوي(۱) ( ۱۹۲۱ – ۱۰۱۲ ) ووجدنا ابن زهر[(Avenzoar] ۱۱۰۱ – ۱۱۲۱ ) وابن رشد (AVERROES) ( ۱۱۲۲ – ۱۱۲۸ )

وان انتشار الطب عبر العالم غير الاسلامي وبخاصة في بلاد اوريا ابتداء بمدرسة ساليرنو بفضل ترجمة المؤلفات العربية الى اللغة اللاتينية من طرف قسطنطين الافريقي ( ١٠١٩ – ١٠٨٧ ) حيث انتشار الطب في أوربا شيئا . فشيئا .

ولأجل أن نعطى فكرة عن الدور الذي قام به هذا الطب في العصر الوسيط في هذه الجهة من العالم ، يكفى أن نذكر بأنه من بين الثلاثة عشر كتابا التي تمتلكها خزانة كلية الطب في باريس المؤسسة حوالي أواخر القرن الرابع عشر ، بجد سنة مجلدات مترجمة ألى اللاتينية عن مؤلفات طبية عربية ، كان من ضمنها ، كليات ابن رشد ، وقانون ابن سينا ، وكتاب أبى القاسم ( التعريف أن عجز عن التاليف ) وكتاب الرازى ، • ولقد كان كتاب القانون أحد المؤلفات الطبية الكلاسيكية طيلة العصر الوسيط وحتى القرن السادس عشر •

والراقع أن بداية أنهيار الطب العربى تبتدىء منذ القرن الثالث عشر ، ولو اتنا لم نتحسس ذلك الانهيار الا تدريجيا ٠٠ وهكذا فبعد سقوط القسطنطينية العظمى في القرن الخامس عشر لاحظنا ، ومن جديد ، المؤلفات الطبية الاغريقية تصل مباشرة الى أوربا فاتحة بذلك الطريق لما يسمى طب عصر النهضة ، وقد لاحظنا أضافة الى هذا ، وفي هذه الفترة بالذات ، أن المبادىء الطبية الاغريقية اخذت طريق الاهمال شيئا فشيئا تاركة بذلك الكان للادراك الطبي الجديد ، وهو الادراك الطبي الذي يمارس حاليا ٠

وسنذكر على سبيل المثال معاصرا أوروبيا للشقرونية وهو الطبيب الإيطالي مالييجي (MALPIGUI) ( ١٦٢٨ - ١٦٩٤) ٠

وفيما يتعلق بالغرب بصفة خاصة فاته ، أى المغرب ، كان فى العصر الذهبى للطب العربي فى الغرب ( القرن الحادى عشر والثانى عشر ) يكون مع اسبانيا الاسبانية ( الاندلس ) بلدا واحدا ، علاوة على ذلك فان هذه الفترة جاءت مصادفة لحركة و الاسترجاع ، التى اعقبتها حركة الهجرة نحو الديار المفربية حيث وجدنا عددا كبيرا من العائلات الاندلسية كان من بينها عدد من الاطباء اللامعين من أمثال أمرة بنى زهر •

<sup>(</sup>١) تحرقه المسادر الأوروبية مكذا : ابو القاسيس .

وفي اعقاب هذه الفترة ومنذ القرن الثالث عشر · · حلت نكسة يسائر البلاد الاسلامية عكست اثارها على مختلف العلوم ومن ضمنها علم العلب ، بالرغم من أن مناك طائفة من المجتمعات الثقافية الاسلامية ظلت متشبثة / يتراثها · · على نحو ما نرى في ديار مصر ، بالشرق الأوسط ، وما نراه في ديار المغرب كذلك ، لقد ظهر فعلا أن المغرب كان آخر ملاذ للعلوم وخاصة في ميدان الطب العربي بالغرب .

ومكذا فأن عصر و الشقرونية ، كان ما يزال يعيش تدريس الطب بصفة رسمية في المعاهد المغربية ، وقد كان الركز الأساسي لتعليم هذا الفن هو جامعة القروبين بفاس حيث نشاهد أن أساتذة الطب يعتمدون على نتاج الأطباء المصريين الشرقيين بما فيهم الأطباء الكاسيكيين كابن سينا والرازي أو الأطباء المصريين كالطبيب السوري داود الإنطاعي من أصحاب القرن السادس عشر أو كذلك الأطباء ألدين ينتسبون للغرب الاسلامي من أمثال أبي القاسم الزهراوي، وينا أن ننسي مع كل هذا ، المؤلفين الذين ينتسبون للمغرب الأقصى والنين ننكر أمماء بعضهم على سبيل المثال لا الحصر ، من أواخر القرن السادس عشر . الرزير النساني الذي كان من جملة المؤلفين في موضوع النباتات الطبية والمقاقير ونقصد الى كتابه ( الحديقة ) الذي كان البروفيسور كولان قد أخف في ترجمته .

ونذكر من بين المعاصرين للطبيب عبد القادر بن شقرون ، الطبيب المعروف عبد الوهاب بن احمد الدراق الذي نظم في الطب قصيدته المشهورة حول فوائد النعناع الطبية ٠٠ أن لائحة الأطباء الذين ظهروا في هذه الفترة كانت طويلة جدا (١) ، وأن من بين هؤلاء وفي هذا السياق يمكن أن نضع طبيبنا اليوم عبد القادر بن شقرون كما نضع أرجوزته الشقرونية كذلك •

#### بيوجرافية عبد القاس بن شقرون:

هو ابن محمد عبد القادر بن شقرون الملقب بالكناسي ( نسبة الى مدينة مكناس ) تمييز اله عن اسم مماثل في فاس كان يعيش في أواخر القرن الثامن عشر ، كان أبو محمد معاصرا للملطان مولاي اسماعيل ( ١٦٧٧ – ١٧٢٧ ) ولكن نجهل متى ولد بالضبط ومتى توفى كذلك ! •

وقد درس بمدينة فاس حيث لقى هذاك استاذه الجليل في الطب أبا عبد الله

محمد ادراك الذي ينتسب لعائلة ادراك الشهيرة التي انجبت عددا من الأطباء المروقين ، كان من بينهم عبد الوهاب بن احمد ادراك الذي يعاصر ابن شقرون ، وقد درس بعدينة مكتاس العاصمة الاسماعيلية ، وهناك اتبحت له الفرصة للتعرف على عدد من الأساتذة الكبار المتخصصين سواء في الطب أو الأدب أو الدين ،

ولم يكتف ابن شقرون بالأخذ عن مشايخ الغرب ، ولكنه رحل للمشرق حيث اغتنم قرصة قيامه بمناسك الحج ليمر بمصر حيث درس هناك الطب أيضا على يد الطبيب احمد الزيدان ، وكان من جملة المواد التي درسه اياها ملخص تانون أبن سينا الذي قام به أبن النقيص •

لقد كان ابن شقرون رجل دين ، ورجل أدب وشاعرا بارعا كذلك على نحو ما قاله معاصره الكاتب المروف ابن الطبيب العلمي في كتابه و الأنيس المطرب ، ، ومع ذلك فان الصفة التي تغلب على ابن شقرون هي صفة الطبيب الصيدلي للشنغل بالأعشاب •

وحسب بعض المقاطع التى طالعنا بها صاحب و الأنيس المطرب ، فأن ابن شقرون كان يمارس تدريس الطب فى المسجد الذى يجاور ضريح الولى الصالح سيدى احمد بن خضراء ٠٠ وقد عده النقيب مولاى عبد الرحمن بن زيدان مؤرخ الدولة فى مخطوطته و المنزع اللطيف ، على انه ، أى ابن شقرون ، كان من بين الاطباء الخصوصيين للسلطان مولاى اسماعيل ٠

ومن بين التلامنة النين اشتهر انهم اخذوا عن ابن شقرون نذكر على الخصوص الشيخ سيدى صالح بن المعلى الشرقى الذي كان انثذ يتمتع بحظوة في تادلة ( أبو الجعد ) فكان سيد قومه في تلك الجهة ، وكان بالذات مو الذي يسال ابن شقرون أن يقيده حول الطب ، الأمسر الذي كان سسببا في نظم الشقرونية •

كما نشكر من بين تلامنته المرموقين ابن الطيب العلمي صاحب كتاب الأنيس المطرب » والذي نراه ياتم في كتابه المنكور على طائفة من الوصقات الطبية الساحرة التي تلقاها بنفسه من الطبيب ابن شقرون ، وقد نكر ابن شقرون على انه مؤلف لعدد من الكتب الادبية التي نجهلها التي الآن ، كما نكرت له طائفة من الأشعار التي قرانا بعضها غي كتاب « الأنيس » •

وفيما يتعلق بالميدان الطبى بصفة خاصة وجدنا ، كما أشرنا سابقا ، عددا

من الوصفات الطبية التي ريد صداها صاحب الأنيس الطرب ، وقد افابتا المكتور رونو عن وجود مؤلف لابن شترون يعالج بصفة خاصة ، الألوية المفردة والعقاقير الطبية بيد أن المضاوطة المتعلقية بهذا المرضوع لم يعشر عليها بعد •

وهكذا فان العمل الرئيسى الذي عرف به طبيبنا والذي نال شهرة في سائر: جهات الغرب هو د الشقرونية > التي ظهرت لأول مرة بمكناس سنة ١١١٣ ــ ١٧٠٢ والتي هي موضوح دراستنا اليوم •

## الأرجوزة الشقرونية

#### تنبيه:

لأجل أن نقدم الأرجوزة على شكل واضح بين ، عمدنا الى نصها ( بما فيه السؤال المطروح على الشيخ ) وجعلنا اكل بيت من الأبيات الشقرونية (١٧٤) رقما خاصا به من بدايتها الى نهايتها ، وعلى هذه الأرقام ، أرقام الأبيات تتم احالتنا ٠٠ وعلى تلك الأرقام نعتمد في تفسيرنا وتعليقنا عند الاقتضاء ٠

وفيما يتعلق باداء الحروف العربية بحروف التينية فقد اعتمدنا منهاج الجدول المقترح على المؤتمر العالمي لتنميط الأسماء الجغرافية وذلك اعتمادا على ما قدمته المجموعة العربية لدى المؤتمر المذكور (١) •

 <sup>(1)</sup> يظيب لنا أن تتقدم بالشكر الجويل للدكتون مبد الهادى التارى الذي قدم كا مده المبلومات م

# مبادئ الطب العزيت

قبل أن نتناول عرض نصوص « الشقرونية » وحتى نتمكن من متابعة منطقها نرى مما لا يستغنى عنه أن تكون لدينا فكـرة للمبادىء التى ارتكزت عليها معلومات الأرجوزة ، أن نلك هو الهدف من هذه السطور التى نكتبها ولابد أن نعيد الى الذاكرة مرة أخرى أن هذه النظرية هى بالذات النظرية الاغريقية

#### فكرة العناصر والمزاج:

ان كل شيء يبتدىء من العناصر الأربعة التي تتكون منها سائر المواد : النار ، الهواء ، الماء ، الأرض ·

#### لكل عنصر من هذه العناصر صفته الخاصة به:

- فبالنسبة للنار نراها تكون الحرارة ٠٠
- وبالنسبة للهواء نراه يكون الرطوبة ٠٠
  - وبالنسبة للماء فانه يكون البرودة ٠٠
- وبالنسبة للارض فانها تكون اليبوسة •

وعلى أساس نسبة وجود هذه العناصر الأربعة في جسم أن في مادة يحدد ما نسميه و المزاج ، • • وهكذا فان عنصرا من تلك العناصر يمكن أن يكون متفوقا على الآخر ، فاذا كان عنصر النار زائدا يقال عن الجسم الذي يتميز بذلك أنه نو مزاج حار ، وإذا كان عنصر الماء زائدا قيل عن الجسم إنه نو مزاج بارد • الخ •

وفى هذا المعنى ينبغى أن نفهم الوصفات التى يقدمها صاحب الشقرونية ، وعلى سبيل المثال فيما يتعلق بالمواد نجد المؤلف يقول فى البيت رقم ٣٧ د القمح فى المزاج حر ٠٠٠ » •

واحيانا يكون هناك عنصران متفوقان ، لنفرض انهما الماء والهواء ، فان المادة التي تحتريهما تكون باردة رطبة ، وعلى صبيل المثال نذكر البيت رقم ٢٤٥ :

#### حب الملوك بارد في طبعه رطب فلا تهمل عظيم تفعه

واثنيرا فانه اذا كانت العناصر كلها موجودة بنفس النسبة فانه يقال عن المادة انها «معتدلة » • • وهكذا نقرا في الشقرونية في البيت رقم ٢٦٣ :

و(التفاح) الحلو مائل للاعتدال وليس من حرارة بحال

وينبغى أن دَدقق في هذا الصدد بأن في كل مزاج داته أربع درجات ، ولذا مثل نلك في البيت رقم ٤٠٦ \_ ٤٠٣ :

 فاول يبلغ حد الرابعة من درج ، فخذ علوما نافعة والثانى فى الثالثة الموالية وثالث فى الطبع دون الثانية

#### فكرة الاخلاط والطبائع:

وفيما يخص الجسم الانساني فان العناصر الأربعة تتألف لتكون بادىء الأمر الاخلاط الأربعة التي يتركب منها مختلف الأعضاء •

#### والاخلاط الأربعة هي:

- ١ \_ الدم: الذي يتميز مزاجه بالحرارة والرطوبة •
- ٢ ـ البلغم: الذي يتميز مزاجه بالبرودة والرطوية •
- ٣ ... الصفراء : الذي يتميز مزاجه بالحرارة واليبوسة •
- ٤ ـ السوداء: الذي يتمين مزاجه بالبرودة واليبوسة •

وبمقدار الأخلاط الأربعة في الجسم نحدد ما نسميه « الطبع » أو ، المزاج » كذلك ولهذه الاخلاط الاربعة تنسب الطبائع الأربعة المختلفة حسب تفوق كل طبع على الطبع الآخر •

- وهكذا فان التفوق في خلط الدم يعطى صفة الطبع الدموى
  - والتفوق في خلط البلغم يكسب صفة الطبع البلغمي •
- والتفوق في خلط السوداء يعطى صفة الطبع السوداوي ٠

ولنذكر اخيرا بانه من المكن بالنسبة الهذه الاخلاط أن يتحول بعضها الى البعض الآخر عن طريق ظامرة « احتراق » على ما نرى في البيت رقم ٣٤١ :

#### ولا يليق (النمر) بذوى الصفراء فسمه يسرع بالسوداء

ولأجل ان يتوفر الانسان على حالة سليمة وصحة كاملة فان هدفه ينبغى ان يتوجه الى الحصول على توازن تام فيما يتعلق بالزاج ، وفى اخلاط الجعمم ، وعند التطبيق فان هذا المبنا يهم سائر ميادين الطب والصحة ·

تطبيق على علم الحمية: «La Diêtétique»

لناخذ مثلا في انسان ذي طبع صفراوي على حسب التعبير الاصطلاحي ، فان فيه زيادة في الحرارة واليبوسة وهذا يقتضي أن يعتمد هذا الانسان على المواد الغذائية الباردة والرطبة ، فانها هي التي تناسبه للحفاظ على توازنه ، ولأجل توضيح هذا ينبغي أن نذكر هذا اللل في البيتين رقم ٢٤٥ – ٢٤٦ :

حب الملوك بارد في طبعه رطب فلا تهمل عظيم نفعه يقمع ش فضلة الصفراء مخصب لجملة الأعضاء

ويعكس نلك ، وبالنظر للمثل الذي ضربناه للصفراوي ، فان المواد المحارة تزيد في عدم توازنه وتكون بالنسبة اليه قاضية ، وهذا ما يمكن أن نستنتجه مثلا من البيتين رقم ٣٣٧ ورقم ٣٤١ :

والتمر ماثل الى الحرارة يغذو غذاء بين الغزارة ولا يليق بدوى الصفراء فعمسه يسرع للسوداء

فاذا عرفنا هذا فان القضية التى تخطر على البال ، هى كيف نعرف وتحدد مزاج المادة الغذائية ؟ وبهذا الصدد فائه توجد بالأرجوزة طائفة من الاشارات التى قدمها ابن شقرون تجعلنا نعتقد بأن مذاق المادة يكون وسيلة من وسائل تحديد مزاجها ، وهكذا يمكن أن نقرأ مثلا فى البيت رقم ٤٦٦ :

مزاجها اليبس مع الحرارة وقولنا شاهده المرارة

وكذلك في البيت رقم ٣٦٢ :

والأسود الناضج دو حرارة مزاجمه بليلها المرارة

وكذلك في البيتين رقم ٤١٩ ورقم ٤٢٠ :

واحكم على الزرنيخ بالرطوية كيدًا الرطوية لسه منسوية الدعم الذائق عنب تقيه بالقياس الصادق

#### التطبيق على الأمراض والأدوية : «Moyens Muémotechniques»

تعتبر حالة المرض ، حسب هذه النظرية ، كنتيجة لعدم توازن مهم بالنسبة للمزاج ، وهكذا قان هناك أمراضا تنشأ عن الافراط في الحر ، ومن تلى الأهراض سائر أنواع الحمى ، وهناك أمراض تنشأ عن الافراط في البرد ، ومن تلك الأمراض تنشأ حالات داء المفاصل ( الروماتيزم ) ١٠ الخ ، وأن علاجه يعتمد الذي على التركيز لتحضير مواد تحترى على الخاصيات المضادة ، وللاشارة الى هذا نقدم مثالين مأخونين من الشقوينية :

البيت رقم ٣٥٨ :

والبرد ثم اليبس في الزعرور من أجل ذا يليق بالمحرور

والبيتان رقم ٢٢٨ ــ ٢٢٩ :

والحسر والبيس مزاج النطب وللقلبل فيه ضير ارب المداء الاستسقاء والمفاصل ورعشة وقالم مواصل

وينبغى أن نسجل مع هذا بأن علاجا من هذا النوع ينبغى أن يأخذ بعين الاعتبار والطبع الذي ينتسب اليه الانسان ، هل مو دموى أو صغراوى أو بلغمى أو سوداوى وذلك لتجنب مضاعفة عدم توازنه الأصلى والطبيعى • ومن هنا تأتى النظرية المعروفة في الطب الحديث « بالظرف الحائل دون استعمال علاج » (contre — indication) الذي نقدم له هذا المثال في البيت رقم ٥٧٤ :

ولا يليق يدوى الصفراء هـدا ، فاندرهم عظيم الداء

#### تطبيق على الملابس الصحية ( صحة الملابس ) :

ان كل قماش وثوب له هو الآخر مزاجه الخاص به (حسب نسبة العناصر التى يتألف منها ) ، وينبغى أن يتفق مع طبع الشخص الذى يرتديه ، وهكذا نقراً فى البيت رقم ٦٠٦ :

وكل ملبوس من الأصواف سخن المراج بين الجفاف

ويتبغى ان نعيد الى الذاكرة للمزيد من الترضيح بان الانسان البلغمى يتوفر على زيادة فى البلغم فيها الصرارة والرطوبة ، وعلى عكس ذلك فان الانسان الصفراوي يتوفر على افراط فى الصفراء فيه الحرارة واليبوسة ·

#### تطبيق على صحة السكن ( المسكن الصحي ) :

وان الساكن بما تتوفر عليه من مناخ داخلى من شانها كذلك أن تحمى القاطنين بها بما تضمنه لهم من رعاية للمزاج الذي يتوفرون عليه • وهكذا نقرا في البيتين رقم ٦٢٨ ـ ٦٢٩ :

والبرد ثم الييس في الدهالس فهي انن من اطيب المجالس وقت هجوم الحر في المصيف عند اشتداد الوهج العنيف

وبالاضافة الى هذا فان تعرض الساكن لمختلف انواع الرياح له ايضا اهميته ، لأن لكل ريح تأثيرها الخاص على مزاج اولئك السكان ، ولنقرأ على سبيل المثال البيت رقم ٦٢٥ :

#### وكل ما يكشف للدبور ينفع كل بدن مصرور

وعلى ضوء الذى تقدم نرى أن الأمر يتعلق هنا بطب وقائى قبل كل شىء ، بهدف الدفاظ على توازن الجسم الانسانى ( باستعمال دقيق اسائر العوامل التى تحيط بالانسان بما فى ذلك المواد الغذائية والملابس والسكن والمناخ المحيط به ) وتجنب الأمراض المكنة •

وبعد أن تعرفنا على هذه المبادىء ، وهذه المفردات الأساسية قانه سيكون من السهل علينا أن نفهم مضمون « الشقرونية » •

ومن المفيد \_ اضافة الى كل هذا \_ أن ننبه الى أن الشقرونية أحيانا تحتوى على نكر « أمزجة ، علاوة على الأمزجة الأربعة التى تعرفنا عليها مما لمنقف له على تفسير معقول أو يتعلق الأمر بالأمزجة التالية : المزاج اللين \_ اللطيف \_ المنابط \_ اللدن •



#### التمليـق

#### فيما يتطق بالشكل:

لقد أدى ابن شقرون معلوماته بواسطة منظومة من بحر الرجز كما أسلفنا ، وبالرغم من اهتمامه بالتدقيق العلمى واستعمائه لبعض التعبيرات الدينية فانه \_ أحيانا ــ لم تفته النكتة والفكاهة وهو يعبر عن مقاصده •

وفى هذا النوع من الشعر المسمى بالرجز نجد أن كل بيت يتالف من ( مستفعلن مستفعلن ) ست مرات مجزاة على شطرين يتكون منهما البيت ، وقد كان هذا النوع من الشعر مستعملا كثيرا على هذا المهد وبخاصة فى المؤلفات العلمية لدرجة أن بحر الرجز كان معروفا عند الناس بحمار الطلبة ، يجدون ركوبه سهلا وقيادته فى متناولهم •

وان هذا الأسلوب المرزون يفقد احيانا الوضوح المالوب بسبب ارتباطه بقياس خاص وقافية محددة ، وقد بيدو من خلال هذا الوزن انه ربما لا يؤدى موضوعات علمية بيد ان معايشة الأرجوزة يجعل الانسان يرتاح لقراحها ويستانس بوزنها وقافيتها ، فهي لأجل ذلك تقدم لك سائر انواع المساعدة للذاكرة على نحو ما يعرف في ايامنا بالوسائل الخاصة بتقوية الذاكرة : (Moyeus Muémotechniques» التي تستعمل بكثرة من طرف الطلبة •

#### أما بالنسبة للعمق :

ان مجموع المعلومات التى تحتويها الأرجوزة على درجة كبيرة من الأهمية ، ومكذا فان هذا العمل يعكس صورة عصر وصورة حضارة مع كل ما يوجد في الله العصر وفي تلك العصر وفي تلك الحضارة من مظاهر سدواء في وسيلة العيش أو في العادات الخاصة بالمائدة والسلوب الهندسة المعارية ، وطرق اللباس وما يتخلل نظلك من العلاقات التى كانت المفسوب مع الدول الأجنبية والأوربية على الخصوص ، وربعا أيضا بعض الظروف السياسية القلقة • فقى كل من هذه النقاط نجه هناك عاصر المناقضة • المناصر المناقضة • المناصر المناقضة • النقاط نجه هناك عاصر المناقضة •

ومن جهة أخرى فانه من الناحية اللغوية نجد أن دراسة التعبيرات التقنية المتعلقة بتركيب الأدوية والمتعلقة بعلم التغنية ( الحمية ) • • الخ • • مثلا فيما يتعلق باصلها العربى أو البربرى أو الفارسى أو اليونانى ، تحتاج كذلك الى دراسة لا تخلو من فائدة •

بيد اننا مع ذلك خصصنا تعليقاتنا باليادين التى تعس الصحة التى كانت موضوع بحث الشقرونية ، وهذا على ضوء المارف الحاضرة ، وهذا فان تعليقنا ينصب انن على علم التقنية وعلى المياه والمشروبات التى عالمبناها على حدة من علم التقنية ، الصحة فى الملابس ، الصحة فى المسكن ، الصحة فى المتلاب والأسفار •

ولنقل من الآن بأن هناك عرقلة هائلة كانت تعترض طريقنا في التعليق ، 
تلك هي الانسياق في نقد نظرية مقدمة البنا بنظرية اخرى ذات مبادىء تختلف 
تمام الاختلاف عن النظرية الأولى ، ومن اجل ذلك فاننا نحاول أن نتجنب النقاش 
العقيم مقتصرين على الحديث حول بعض النقاط العملية والمحددة التي تتعلق 
باليادين الطروقة •

#### فيما يتعلق بالفصل الخاص بعلم التغثية :

علم التغذية (Ia Diététique) هو ضرع من علم الصحة يهتم بانواع التغذية التى تقوم عليها حياة الانسان ، وكما اشرنا الى ذلك اتفا انان الله الفا انان الله العلم ، علم التغذية ، يرتكز في الأرجرزة الشقرونية نفسها على مبدا و العناصر » ، وهكذا فأنه من المستحيل أن نقوم فيها بتحليل ينبني على معايير علمية عصرية ، واكثر من هذا يمكننا ، بناء على بعض النقاط العملية ، أن نقوم بتقريب بين تلك العناصر وهذه المعايير ، على سبيل المثال في موضوع تصنيف المعلم وموضوع الحمية الغذائية وموضوع بعض خواص الأطعمة .

واخيرا ، وكموضوع لا يتبل الانفصال عن علم التغنية ... وهو ما يؤكده هذا الفصل .. ما يتعلق بالأمراض ( الفيزياء المرضية والعلاج ) ، الشيء الذي جعلنا نفصه بفقرة في نهاية هذا المشرح •

قبل التعرض للمقارنات والشروح نبدأ بالأمس النظرية المتوالية لعلم التغذية حسب مفاهيم القدماء ( الطب العربي ) ، وحسب مفهوم الطب الحديث .

لنذكر أن لكل فرد - طبقا لبدأ العناصر ( أنظر مبادىء الطب العربي ) - خاصية معينة ( حسب نسبة الأخلاط الأربعة التي تركبه ) تكشف دائمًا عن عدم

توازن ما ، ( حرارة ، برودة ) ومن جهة اخرى ، وبالطريقة نفسها ، فان اكل غذاء مزاجا معينا ( حسب نسبة العناصر المركبة له ) ؛ ومكذا فان الدور الذي تلعبه المعناصر هو احداث التوازن في « مزاج » الأفراد •

#### هذه الطريقة في الرؤية ستتخذ في جميع الستويات ولا سيما :

- في تحديد كيفية التغذية ( النظام الغذائي ) •
- وفى كيفية وصف الأغنية ، وبالناسبة فهذا هو التصميم النمونجي الذي استخلصناه من الاستاذ ابن شقرون :
  - ١ \_ مزاج الغذاء ٠
- ٢ ـ تأثير الغذاء فى الجسم ، ويذكر الأستاذ فى هذا الموضوع من جهة الفعالية المنتظرة لمزاج الغذاء ( اعادة التسخين ، واعادة التبريد ٠٠٠ ) ومن
   جهة آخرى فعالية أو فعاليات تعاين بالتجربة ( مثل خاصية امساكية الخروب ) •
- ٣ الأغذية المتباتية المتنوعة ، ولنذكر في هذا الصدد أنها كلها
   محلية ومغربية ، بل خاصة بذلك الديد •
- ٤ ـ مصلحات ( أن ملطقات ) ، الأغذية « اصلاح » ، وانسجل بخصوص مذه الفكرة التي تتردد مرارا في الأرجوزة ، أن مناك ثلاث فرضيات شارحة :
  - مصلحات قد يكون الهدف منها احداث توازن في مزاج الغذاء نفسه ·
- مصلحات قد يكون الهدف منها جعل الغذاء كاملا من الناحية الغذائية
   البيت رقم ٥٩ )
  - كما قد يكون هدفها تسهيل هضم الغذاء ( البيت رقم ٥٣ ) ٠
  - وهذه الفرضيات الثلاث يمكن أن تصلح كلها حسب الحالات ٠٠

اما ما يتعلق بعلم التغذية الحديث ، فأن تحديد الحاجيات الغذائية للجسم 
يرتكز كليا على امسن آخرى ، أهمها الارتياح الى الحاجيات الطاقية المقدرة 
بالحريرات (alories) ( أو الكلوريات ) ، حيث أن الهدف منها تأمين 
الأيض (ا) الأساسى ( أو الاستقلاب الأساسى ) ، وتسلسل مختلف الوظائف ، 
والعمل العضلى • • الخ • • أن دور الأغذية هو تأمين هذه الطاقة بقضل 
محتراها من السكريات والدهنيات والبروتيدات ، وعلاوة على هذا يجب احترام

 <sup>(</sup>۱) الايش هو مجموع التحولات الكيميائية الطائيسة التي تعرفها الايشسة: " Métabolite
 ع والإيضة هي احدي مركبات المادة الحية مثل الطوكون.

عدد من التوازنات ، واهمها التناسب التام بين هذه المكونات الثلاثة لقاعدة المحاجيات الطاقية ، واخيرا ، ولكى تكون التغنية كاملة يجب تزويد الجسم ويكميات محددة جيدا \_ بالمواد التى يعجز عن تمثيلها والتى يمكن اجمالها في بعض الأحماض الأمينية الضرورية ، والحيمينات (او الفيتامينات) ، والأملاح المعنية (كلمبيوم وفسفور ٠٠٠) والعناصر الكيميائية الضرورية غير الأساسية (الحديد ٠٠٠) .

من هذه المعطيات ينطلق حساب الحصة الغذائية ( بمعدل ٢٠٠٠ حريرة يوميا بالنسبة لفرد بالغ عادى) والنظام الغذائي ، وكذلك تصنيف وكيفية وصف الأغنية ، هذه الكيفية التي تعتمد على محترى الأغنية من بروتيدات وسكريات واملاح معدنية وحيمينات ٠

وهكذا فان التباعد بين هذين المفهومين جلى وواضح ، والتحليل المقيقى للأرجوزة حسب الأسس العلمية الحديثة يستحيل اجراؤه ، الا انه من المكن عمليا تقريبها من هذه الأسس ، وقد فعلنا ذلك بالنسبة لتصنيف الأغذية والنظام الفذائي وبعض خصائص الأغذية ، وكان ذلك خلاصة الملاحظة والتجربة ( ولا علاقة له بعبدا العناصر ) •

ولدراسة تصنيف الأغذية في الشقرونية عمناً للى التصميم المعتمد من قبل الأستاذ شارحينه أولا بأول ·

يبدأ المؤلف بما يسميه « الحبوب » وهو يضم الى هذا المصطلح « الزروع » ( كالقمح والشعير والنرة والأرز والدخن « أو الذرة البيضاء » • • • ) وكذلك القطانى ( كالفاصوليا والحمص والعدس والفول • • • ) وكونه بيدا بهذه الأغذية يدل على أنها أساسية فى التغذية ( كما هو الحال فى بلادنا الآن ) ، زد على ذلك أن هاتين المجموعتين الغذائيتين – رغم اختلافهما فى الشكل – فانهما تشتركان فى غناهما الغذائي بفضل محتواهما البروتيني النباتي خاصة •

وبعد قصل و الحبوب ، يأتى فصل الأغنية المركبة ، وهو فصل هام جدا لتعدد الأصناف الطبخية التى يذكرها ( لكن دون شرح ) ، ثم ينتقل الى قصول متتابعة \_ لحوم الذبائح ، والدواجن و ( البيض ) ، والأسماله ، والقنيصة ذات الشعر \_ وهذه القصول تضم بالفعل المنتجات ذات الأصل الحيوانى ( مصدر الشعر الحيوانية ) ، ولقد اخترنا أن تقول بضع كامات فيما يضمن اللحوم، ففي الواقع أن أحكام المتغيرة ، فقى الواقع أن أحكام المتغيرة ، فتار يقول مؤلف \_ أحكام متغيرة ، فتارة يقومها وطورا يأم بعضها بقوة مذكراً في هذا بالمجاللة الحالية في شأت هذه الملحم مالحظة هامة : خطر: هذه الملاة من الغذاء - وقد سجلناً في هذا القصل نفسه ملاحظة هامة : خطر: حدفن ، تقطير ناحم الذي يجبر \_ من جهة و تعفن ، تقطير ناحم الذي يجبر \_ من جهة

اخرى ... على المتزام قاعدة صحية اساسية ، فالتبريد الماجل للحوم ضرورى نظرا لاحتوائها على كمية كبيرة من المواد القابلة للتعفن والتحلل ·

وبنفس تسلسل الأفكار نذكر بتدبير صحى لا يقل اهمية عن سابقه ، انه الريقة البيطرية للحرم قصد الحيلولة دون العديد من الأمراض المعدية البكتيرية والطفيلية القابلة للانتقال الى المستهلك ( كالحمى المتموجة أو ما يعرف أيضا بالحمى المالطية ، والكيس المحتوى على يرقات اللمودة الوحيدة ، والاسكاريس ) ولنذكر كذلك أن الأستاذ ابن شقرون في معرض نصه للحم البقر يقول انها « مسببة للأورام » ( الكيس الحاوى ليرقات اللمودة الوحيدة ) •

غير اثنا نسجل ــ كنقد لهذا الفصل ــ أن الحليب ومشتقاته التى تكون هى ايضا مصدرا أساسيا للبروتينات الحيرانية أدرجت فى نهاية فصل علم التقذية بعد مياه الشرب ، فى حين كان بالامكان ايجاد مكان لها فى هذا الباب •

زد على نلك أن الحليب ومشتقاته له ايضا مكانة هامة في مجال علم الصحة الغذائي ، سواء بسبب قيمته الغذائية التى يؤكد عليها الأستاذ أو بسبب التدابير الصحية التحددة التى تتخذ منه مادة لها ، وفي هذا الصحد ، فأن المؤلف للأسف له م يلصح لها ، باستثناء ما نكره لغلى الحليب قبل تناوله من قائدة .

وبعد اللحوم بصفة عامة يتعرض المؤلف لفصل الثمار ثم الخضر ، فاصلا الماهما عن سابقيهما ، والذي يبرر جمعه لهما معا هو أصلهما النباتي ، وكونهما المسر الرئيسي للفيتامينات أو الحيمينات بالنسبة للجسم ، بيد أن التصنيف الذي تبناه عند تقديمهما \_ وهو تارة يجمعهما حسب وسط زراعتهما ، وتارة أخرى حسب موسم جنيهما ، وطورا حسب خاصية مشتركة \_ بعيدا عن التصنيف العلمي الصيد (أي جمعها حسب العائلات والأجناس ، والأنواع ) ، وهو دائما تصنيف عملي يقترب من الواقع اليومي ، ويبقى العثور عليه سهلا •

ثمينتقل المؤلف الى استعراض التوابل او بصفة ادق البهارات ، ذلك انه يضم البها كلا من البقدونس والخل •

هذه المنتجات التى ليست بحق اغنية ، لكن لها اهمية بالغة فى التغنية ؛ ذلك انها ـ باضفائها على الأطعمة مذاقا ـ تثير الشهية وتيسر الهضم ٠٠ والنقد الوحيد الذي يمكن توجيهه الى هذا الفصل هو أن زيت الزيتون ـ كما لاحظ المؤلف نفسه ذلك ـ غذاء بكل ما فى الكلمة من معنى وليس فقط من التوابل •

ويختم الأستاذ بمياه الشرب ( المشروحة في جانب آخر نظرا الأهمية هذا

الغصل ) ، ويالألبان ومشتقاتها ( المشروحة في فصل المنتجات ذات الأصل المديراني ) •

ويعد النظام الفذائى نقطة اخرى عملية فى المقارنة ، ومن أجل تحديد صنف النظام الغذائى الموصى به فى « الشقرونية » نبدأ بالتذكير بمختلف كيفيات التغنية المقبولة حديثا ·

ان علم التغدية الحديث ، باتخاذه ... كقاعدة اساسية ... الاشباع ) الكمى والكيفى ) بالمكونات الأساسية ( السكريات ، والدهنيات ، والبروتيدات ) ، وكذلك بالفيتامينات ( او الحمضيات والأملاح المدنية ، والعناصر المدنية ، الضرورية غير الأساسية ) (Les oligo-éléments) ، يعترف بوجود انماط من الأنظمة الغذائية ، وذلك كالتالي :

# حسب العادات الغذائية نميز بصفة رئيسية بين:

- للنظام اللحمى ( المتنوع ) الذي يضم لحوم الحيوانات في التغذية ،
   والمتيني عادة من طرف جميم الناس •
- الأنظمة النباتية التى تبعد اللحم عن التغنية ، انها حالة النظام الذى لا يبعد الا لحوم الحيوانات ( النظام البيضى الحليبى النباتى ) ، وحالة النظام الذى يستبعد جميع منتجات الأصل الحيوانى كاللحم بصفة عامة والبيض والحليب ومشتقاته ( النظام النباتى ) •

وهناك نظام هو وسط بين الصنفين السابقين ، ويرفض لحم الحيوانات والبيض ، الا انه يضم الحليب ومشتقاته مؤمنا بهذا نقلا تأما للبروتينات الحيوانية ·

#### حسب الحاجيات والظروف ، توجد نماذج تختلف باختلاف :

- العصر : فتغذية الوليد والرضيع في الواقع تختلف كلياً عن تغذية
   الشيخ •
- والنشاط: فالحاجيات الغذائية لعامل في اشغال شاقة فعلا هي اكبر من حاجيات فرد عادي النشاط •
- والحالات المرضية: نمثلا مناك نظام غذائى فيه قصور حريرى (فيتامينى) المناقحة السمنة ، وعديم اللح عند الشخص المماب بتوثر الأوعية الدموية ، وعديم السكر عند الريض بالسكرى ، وترك الأغذية الغنية بـ Purines عند المصاب بمرض الكلى (TUrémique)

ويرجوعنا إلى د الشقرونية ، يمكن أن نقول ... على ضوء ما سبق ... أن كيفية التغنية المنصوح بها توافق النظام اللحمى ( المتنوع ) ، باستثناء لحم الخنزير والكحول الأسباب دينية ، وهذا ... طبعا ... هو النظام أنغذائي التقليدي المتبع لدينا .

#### ويذكر الاستاذ بالإضافة الى نلك مسائل مختلفة ننكر منها :

- نصائح غذائية حسب النشاط ( البيت رقم ٥٨ ) ٠

ما يمكن أن يشبه نظاما ناقص الملح ( البيتان رقم ٢٢٠ ــ ٢٢١ ) ويتعلق اكثر بالانصباب الجنبي l'aseite (١)

عدة تلميحات للاغنية المبدنة ( الأرز ، الحمص ٠٠٠٠ ) التي يظهر لنا
 ارتباطها باهتمامات جمالية ٠٠ ولكل عصر قواعده ! ٠

اما المفهوم الحقيقي للنظام الغذائي المستخلص من الأرجوزة فعلا ، فهو مختلف جدا ، ويتجاوز الوصف البسيط لد و نظام لحمي » أو د نظام متنوع » ، ومن خلال المبادى التي يحددها الطب العربي نقسه ، قان لكل فرد حصب طراز د الطبع » الذي ينتمى اليه \_ نظاما خاصا يضم الأغنية التي تناسبه (حسب قاعدة توازن الأمزجة » ) ، والمهياة بمهارة مع مراعاة توازن الأمزجة .

# وثمة نقطة أحرى للمقارنة ، وهي دراسة بعض الخصائص الخاصة بالأغذية :

بعض الخصائص للاغذية ، وتعترف بها الشقرونية ، وقد أكدها واستغلها
 العلم الحديث حاليا

وسنبدا بالشعير الذي يقدم كملاج ضد الامساك ( البيت رقم ١٥٥ ) • في علاج في الواقع ، أن الدور المفيد للزروع ( القمع ، والشعير ، والذرة • • • ) في علاج د القبض ۽ بالتخفيف منه ، عمل معترف به ، بفضل غناها بالسيلولوز ( وذلك في النخالة ) ، أنها تلعب دور محفزات ميكانيكية للأمعاء اثناء النقل المعوى حيث تكسب الفائط كثافة • وتوجد حاليا اختصاصات غذائية تعتمد اساسا على القمع «Action»

هناك غذاء آخر هو الخروب الموصوف في ( البيت رقم ٣٥٣ ) كقابض ،

<sup>(</sup>۱) السقى ، هر ملامات اختلال كهرمائي تحليلي . Pascite : des signes de désordre hydroelectrotitique

وهو معروف حاليا بفاعليته ، خاصة ضد الاسهال عند الرضيع ، انه تأثير يعزى من جهة الى مادة البكتين والى دبيغ العقص ، ومن جهة أخرى الى مواد مانا جالاكثانيس (Mannanes and galactanes) الموجودة في الحبوب ( انظر جمال بلخضر في الطب التقليدي والمسمامي ) (O. SAHAR) [

وتوجد ايضا اختصاصات صيدلية : « الخروية » و « خربون » ، ويمكن ان نقرن بهذا الأخير التفاح كقابض ( البيت رقم ٢٦٠ ) •

وهذه الخاصية التى تعود الى غناه بالبكتين ، تبرز وصفه كعـلاج ضد اسهال الرضيع •

وبالنسبة لبعض الخصائص المتعلقة باغذية أخرى ، حاولنا اعطاء تعليلات علمية ونلك كالتالي :

ا غنية موصوفة بأن لها خاصية و تجديد الدم » أو و اضفاء الألوان » ( لقد اعتقدنا بامكانية جمع ماتين الخاصيتين لسبب واحد : مو انتاج أفضل المكرات الحمراء ) ، ويتعلق الأمر باتفاق الأرز وخبز القمح والتمر والبصل ، هذا الاتفاق الذي يتجلى في نقطة مشتركة : هو غناما بعنصر أساسى في أيض الخضاب اللموى : الحديد Fer

ب بعض الأغذية الموصوفة كمثيرة المشهوة الجنسية مثل القمح وصفار البيض وعاملها المشترك هو غناها بالحيمين (أو فيتامين) E (المعروف كذلك تحت اسم و حيمين الاخصاب ، في حين أن دوره لم يحدد بالضبط بعد ٠٠٠) .

ولنسجل مع نلك بالنمبة لمسألة الأغنية المثيرة للشهوة الجنسية ( اغذية ومستحضرات ) افتقار المؤلف للموضوعية أحيانا ، بل أن عدة وصفات مقترحة د سرية وسحرية بعض المشيء ، ، كانت أحيانا خطيرة كالمستحضر الذي يضم الزبيب البرى أو ( حب الرأس ) ( بيت رقم ٥٣٧ ) •

وفى لائحة الأغذية التى يعرض بها المؤلف ، نجد الفول على رأس القائمة ، وقد نكرنا الحاح الأستاذ فى نمه هذا له \_ زيادة على هضمه البطىء \_ بمرض معروف تحت اسم د فافزم ، Favisme ، يقوم على انحلال حاد فى الدم يحدث عند افراد نوى قصور طبيعى فى هضم الفول ( بسبب عجز أنزيمى فى افراز الأنزيم المنحى للهيدروجين ، كلوكوز \_ ٢ \_ فوسفور ٢٠٠ ) •

وكذلك كان السكر منموما في مواضع متعددة عند الاستاذ الذي تحدث عن الحكة ( وهي أحد الأعراض الممكثة لمرض السكر ) ، والناتجة عن الافراط في تناول التمر ( البيت رقم ٣٤٠ ) ، كما لم ينس من جهة اخرى الاشارة الى اضراره بالأسنان •

الا أن القائمة طويلة ، وبالتالى لا يمكننا أن نستعوض كل ما قاله الاستاذ بالنسبة لكل غذاء على حدة : كمدح مبرد أى غير مبرد ، أو كتعريض خاطىء ، أو صائب ، أو اغفال شيء ما • ذلك أن مثل هذه الدراسة تتجاوز اطار عملنا الحاضر •

# ولانهاء هذا البحث الخاص بعلم التغنية ، نسجل ملاحظات هامة :

ما يتعلق بتأثير الطبخ على الأغنية ٠٠

اذى المقلى من اللحوم الذى أشير اليه مرتان فى الشقرونية ( البيتان رقم ٩٩ و ١٩٦ ) يضم الى رأى مؤلفين محدثين فى أن الشحوم المطبوخة ضارة بالجسم ومسرطنة ( الموسوعة الحديثة فى علم الصحة الغذائية ليديرر (Le derer).

 الخاصية المعروفة في اتلاف الطبخ و للقوة المغنية ، في الغذاء ( البيت رقم ١٤٧ ) يمكن أن تكون قريبة من مفهوم حديث هو اتلاف الطبخ للحيمينات ( أو الفيتامينات ) •

ما يتعلق بتأثير الأغنية على تصرف الشخص ( الأبيات رقم ١٦٦ و ١٦٨ و ١٦٨) انه من السهل أن نضيف البه هذه الأطروحة ما أذا ما نكرنا أن العديد من المخدرات نباتية ، ودون أن نذهب بعيدا ما أننا نستعمل يوميا في تغنيتنا الشاي والقهوة كمفيرات مزاجية ٠٠

ولكى يشمل هذا الاستنتاج حتى الأغنية بحصر المعنى ، فليس هناك الاخطوة ، ولتأكيد ذلك يكفى ملاحظة التصرف الهادىء عند الحيرانات آكلة الأعشاب ، الشيء الذي لا يوجد عند الحيوانات المفترسة • · ! ونستطيع في الختام أن نتوج ذلك بالمثل القائل : « أنت تصبح كما تأكل » •

# ملاحظة تتعنق بمعطيات علم الفيزياء المرضى : Tu deviens ce que tu manges

ان الأمراض ، بصفة عامة ، تئول كلها ـ حسب المبدأ نفســه فى الطب العربى ـ الى اختلال فى توازن المـزاج ، وحسب المبدأ نفسـه توصف بعض الأغنية فى المسلاج ، ومع ذلك ، فانه من المكن أحيانا الاقتـراب من بعض المعليات وذلك كالتالى:

- بعض العطيات التي تنترب كثيرا من المفهوم الحديث ، ولقد اخترنا مثالين في هذا الموضوع : ع شلل الوجه و اللقوة » الموصوفة عند الاستاذ بأن السبب فيها يعود الى البرد الزائد او و ضوية المبرد » •

يد الاستستاء الذي له علاقة بالسقى ، وحسب مختلف الميزات التي اتت بها الشقرونية هو ناتج عن اصابة كيدية ( البيت رقم ٢٢٧ ) ، وعن عدم توافقه مع الأعنية المالحة ( البيت رقم ٢٢١ ) ، ويظهر أن له علاقة اكيدة بالسقى الناتج عن تشمم الكيد .

- معطيات اخرى صعبة التاويل ، انها حالة ظاهرة الانسداد « السداد » ومقابلها الانفتاح « الانفتاح » في بعض الأعضاء ( الكبد والطحال ) ، ويظهر أن لها علاقة بظاهرة احتقان هذه الأعضاء •

ــ اما بالنسبة لأمراض اخرى ذات تسمية حديثة « كامراض الكلى والكيد ، وسلس البول ، وحصى الكلى • الخ ، • • فان المؤلف لم يحددها ، ولم يزد على كيفية عمل الأغذية الموصوفة في علاج منه الأمراض ، مذه الكيفية التي لم يعلل تأثيرها الناجع الا بهذا السند البسيط : « قال المحكماء • • • • »

وفى النهاية ، نشير الى أن السحر يعتبر مرضا يعالج بصمغ شجر ( البيت رقم ٣٤٧ ) ، الشيء الذي يذكر بالدور الفيد الناتج عن عمل سن الضــبع كتعويذة ( البيت رقم ٥٨٧ ) والشار اليه في فصل علاجات النكاء ، وهذا يعني المخول في طب الشعوذة ، الا أن هذه المعليات ــ لحسن الحظ ــ نادرة في « الشقرونية » •

وبالاعتماد على دراسة هذه النقط القليلة ، يمكن الاستنتاج بأن هذا العمل غنى يشهد من جهة لأبن شقرون بمعرفة عميقة بالأغنية وخصائصها ، لكنه في الوقت نفسه ، وبكيفية موازية ، يظهر أنه يحترى على عدد من الثنرات التى يعكس بعضها حدود معارف هذه الفترة من تاريخ البشرية ( خصوصا الجهل بالتعضيات المجهرية المرضية ) ، وبعضها الآخر يحط من شأن هذا الطب •

ولمنذكر مرة ثانية انه لا يمكن تطبيق التحليل على ضوء المعلومات الحديثة على « الشقرونية » الا في حدود ، لأن هذا العمال يرتكز على عقهوم مضاير تماما •

#### ما يتعلق بمياه الشرب:

في هذا الفصل المتعلق بمياه الشرب، استخلصنا أربع نقاط أساسية:

الخصائص الفيزيائية للمياه ، وتركيبها الكيميائي ، واخطار الماء ( او الأمراض المائية ) ، وبعض النصائح في علم التغنية •

يبدأ أبن شقرون بوصف المزايا التي يجب توافرها في مياه الشرب ، فيذكر في هذا الصدد طعمه الذي يجب أن يكون عنبا ، ثم صفاءه وشفافيته •

ولكى نستكمل الحديث عن ماء الشرب فعلا ، ونجعله فى شكل علمى مقبول ، فانه من الأنسب أن نضيف خاصيتين فيزيائيتين أخريين هما : انعدام الرائحة وانعدام اللون •

ويتطرق المؤلف، فيما بعد، لدراسة مختلف المياه حسب مصادرها ( المطر ، الأنهار ، المياه الجوفية •••• ) حيث يتعلق الأمر هنا عمليا بدراسة كيميائية للمياه •

وافضل ماء يذكره المؤلف هو ماء المطر ، وذلك لأنه ينشأ مباشرة عن طريق تبخر مياه البحر ، أما عن ملاحظة « تلطف الماء بواسطة الهواء ، فتعليلها كون ماء المطر يصبح غنيا بالغاز أثناء اجتيازه للغلاف الجوى • والنقص الوحيد الذى نذكره بصدد ماء المطر هو افتقاره الى الأملاح المعنية التى يعوضها عند اختلاطه بالترية •

اما مياه الانهار فيصفها بانهار و قائمة مقام غذاء ، وهذه الملاحظة ـ في نظرنا \_ تتصل بما قاله المؤلف في نهاية هذا الفصل ، اى ما يتعلق بتاثير اتربة مجارى المياه على جودة ( تركيب) المياه ، وهكذا فان وصف و مقام غذاء ، يعود لغناما بالمعناصر الكيميائية الضرورية ( Les oligo-éléments) ولتحدد هنا بالمعناصر الكيميائية الضرورية ( المناصر الكيميائية الضرورية بل مقبل المؤلف ( نعلم حاليا مفعوله المتسمى داخل المعدة ، أو ما يعرف بالتسمم الرصاصى ) ، فان الحديد (Fer) \_ بالمقابل ، وخلافا لما تقدم في الأرجوزة \_ عنصر غير مرغوب فيه ، ومادة يجب المحسادها بشميكل تلقائي في المحسالجة الحديثة للمياه المؤرعة ويدائما في اطار التركيب الكيميائي للمياه ، وبما يتعلق بالتبصرية ( البيتان رقم ۲۹۹ و ۲۸۲ ) التي تصمح مقارنة و وزني ، ماءين ، فاننا لا نرى الفائدة العملية من مذا المعطى ، كما أن أي عمل مختص لم يشر الى ذلك بيد أنه يمكن أن يقترب من مفهوم وصلابة ماء ، وهي خاصية تدل على ماء ذي محتوى يقل أو كثر من الاملاح الكلسية والغنيزية .

والنقطة الثالثة في النقاش هي دراسة الأمراض التي يتسبب فيها الماء ، وهي ما يعبر عنه بالمسطلح الحديث: « ميكروبيولوجية » المياه •

ونرى فى هذا الموضوع بالذات \_ رغم وسائل البحث المدودة فى تلك الفترة \_ ان منالك حسما ما • إما من ناحية وجود أمراض ينقلها الماء ، فاننا في الواقم تعرف حاليا أن الماء يمكن أن ينقل العديه من الالتهابات ، سواء منها التطفلية ( مرض البلهارسيا ، وداء الديسكوماموزيا والفيلاريوزيا ٠٠ المخ او البكترية ، التيفوييد ، الديسنتيريا ، الكوليرا ٠٠ المخ ) ٠ اما ادانة المؤلف لد ماء الغدير الراكد ، فهو معلل تعليلا صحيحا ٠

والغقرة التي تصرم شرب الماء المضرون لها ارتباط بهذه المعليات « اليكروبيولوجية » ، فماء غير معقم هو فعلا ماء « قابل للتعفن بعد بضعة ايام بسبب تكاثر المتعضيات ( أن الأحياء ) الدقيقة التي تحتوى عليها في الأصل ، ويمكن أن يتسبب في اضطرابات متنوعة تزيد أو تنقص خطورتها حسب طبيعة هذه الجراثيم وضراوتها •

وهذا يرتبط أخيرا \_ في نهاية الفصل \_ بحظر شرب الماء خلال فترات انتشار الأويئة •

واللاسف فالمؤلف لم يعط آية فكرة عن طريق التخفيف من هذه الأضرار (غلى الماء مثلا • • • ) ، مع أنه في فصل الأسفار يذكر مستحضرا يضاف الى مياه الشرب ، وهذا يطابق كثيرا وسيلة من وسائل تطهير ماء مشكوك فيه (قارن نلك بما ورد في التعليق على هذا الفصل ) •

واستنتاجا من دراسة هذه النقط الشلاث المتعلقة بالمعيزات الفيزيائية والكيميائية والميكروبيولوجية لمياه الشرب ، يمكن القول بأن المؤلف ألم بالمشكل ، وهذه ـ هذا ـ هي المعايير الثلاثة المقبولة اليوم في دراسة المياه •

وهناك ملاحظة تتعلق باقضلية « الماء الجارى صوب المشرق » ، فلكى نفهم 
نلك علينا أن تتذكر ظاهرة التتقية الداتية فى الأنهار ، وبالفعل « فعلى بعد 
سبعة كيلو مترات من سافلة النهر ، عيث يصب الماء الوسخ ( عند مخرج قرية ما 
مثلا ) تسترجع الياه الجارية نقاوتها ، وهذا يتم بفضل الفاعليات المتاسقة 
مثلا ) تسترجع الياه الجارية نقاوتها ، وهذا يتم بفضل الفاعليات المتاسقة 
المضادة للتعفن ، لكل من الشمس وعملية المخض والاوكسجين » ( الموسوعة 
الطبية Quillet ) و وهكذا فان مجرى الماء في اتجاه شروق الشمس ، والذي 
يمثل مساحة تماس كبيرة بالأشعة الشمسية ، يشكل بالفعل مجالا لأقضل 
تطهير •

واخيرا يختم المؤلف بنصيحة فى علم التغنية تتعلق بالتحنير من شرب الماء خلال الآكل أو بعده مباشرة ، وهذا يعلله كون الماء يعدد العصارات الهاضعة ، وبالتالى يعاكس الهضم •

وختاما ، لنقل : انه بالرغم مما يحترى عليه هذا الفصل من ثغرات صغيرة ، فليس هنالك شك في ان الأمر يتعلق بدراسة اختصاصي •

#### ما يتطق باللباس الصحي :

نقدم الولا وجهة النظر التقليدية ( وجهة نظر الأرجوزة ) ، ثم وجهة النظر الحديثة ، ثم ننهى بمقارنة بعض المعطيات ٠

#### خلال هذا الفصل نرى:

من جهة شمول مبدأ العناصر للانسجة والألبسة المكن تكيفها مع وطباع ، الأفراد للمحافظة على توازن و المزاج ، والوقاية من المرض ٠

من جهة ثانية ، والى جانب هذا الدور الوقائى ، هناك دور علاجى خاص بالكساء ، سواء ضد المراض خارجية (كامراض الطفيليات الجلدية ٠٠٠ ) ، او ضد المراض باطنية عصبية ، واخرى غير عصبية ، ان هذه المعليات كانت تستحق فى الواقع الخضوع للتجربة ٠

ان علم الصحة الحديث يهتم هو أيضا بالكساء ويحفظ له مكانته ، الا أن له اهتماماته ومعاييره التي تختلف عن غيرها •

ان الكساء \_ حسب هذا المفهوم \_ يلعب فى الأساس دورا وقائيا ، وذلك بحقظه الجسم ( من البرودة والحرارة والرطوبة ميكانيكيا ) ، بشرط الا يخل بوظائف الجلد ( التبخر ، التنفس ، طرح الافرازات ٠٠٠ ) ٠

انخاصية حفظ الجسم من البرودة ، متعلقة بنسبة الهواء المنتشر وسط النسيج المفصل كساء ، فاكثرها لحتواء على الهواء أفضلها حفظا للجسم ، وهكذا فالأقمشة الصوفية تمثل أفضل كساء شتوى لاحتوائها على ٩٥٪ من الهواء .

اما حفظ الجسم من الحرارة فيتم بفضل أقمشة تسمع بتبخر انضل في الجلد • ويتعلق الأمر بانسجة جد نفاذة للهواء ، كما هو الحال في القطن والكتان اللذين يتكيفان مع الصيف ، وهنا يتدخل اللون أيضا لاعبا دوره ، فالآوان الفاتحة هي اكثر حفظا من أشعة الشمس •

1ما حفظ الجسم من الرطوبة فيتم تأمينه عن طريق الأنسبة غير النفاذة •

وأخيرا تمثل الأحذية وطريقة تصفيف الشعر جزءا من الكساء يجب أن تتكيف حسب الظروف •

مما سلف يمكننا عمليا تسجيل بضع نقاط مشتركة ، فالصوف المصنف

« ساخنا » في « الارجوزة » يعد حقا - حسب النظرية الحديثة - لباسا شتوياً » والكتان الموصوف « بالبارد » في المفهوم التقليدي بعد كساء صيف حسب المفهوم الحديث • • والتناقض الوحيد هو المتحلق بالقطن الذي يشكل - حسب النظرية الحديثة - وقاية من الحوارة •

ومع ذلك ، فلنذكر مرة أخرى بأن تباعد المفهومين يحد من تحليل أحدمما للآخر ، وأخيرا ينكن أن يكتدلا بالدور العلاجى الخاص بالألبسة فى المفهوم التقليدي •

# ما يتعلق بتهوية المساكن :

فى هذا الفصل القصير المعنون « بتهوية المساكن » يبرز المؤلف نقاطا هامة مختلفة متعلقة بصحة المسكن : تكييف الهواء ، والتهوية بحصر المعنى ، والمناخية التى هى مجال أصيل •

ان تكييف هواء المساكن من اكثر اهتمامات المؤلف ، هو يبدو من جهة كانه همه الأول : وان الوسيلة الوحيدة المقترحة في ايامنا هذه هي استعمال أجهزة تدفئة الهواء أو تبريده ، وليس من المفيد سرد الامكانات العديدة التي تقدمها التقنية الحديثة في هذا الضمار •

ان أصالة المؤلف تعود الى اقتراحه حلا بسيطا وهو تكيف معمارى بسيط (أبواب واسعة ، وفتحات ضيقة ٠٠٠ الخ ) •

ويظهر اذن أن الشغل الشاغل للمؤلف هو مكافحة الحرارة ، الشيء الذي يفسر بسهولة لو وضع المؤلف في سياقه الجغرافي ( منطقة فاس ــ مكناس ذات المناخ القاري والصيف القاسي الشديد ) •

واذاكان المؤلف لا يتكلم عن وسائل ائتدفئة ، ولا عن وسائل التبريد ولو كانت متواضعة ، فان ذلك - في رأينا - من أجل تأكيد امكانات الفن المعماري الشيء الذي يذكرنا بالبيت المغربي التقليدي المتكيف تماما مع المناخ المطلي ( هذا البيت ذو النوافذ الصغيرة المشرفة على الخارج ، والغرف الواسعة المفتوحة على فناء داخلي ) •

أما ما يتعلق بالتهوية بحصر المعنى ، فالمُلُف لا يلمح اليها الا مرة واحدة ، وذلك عندما يتكلم عن الخيام ( البيت رقم ٦١٩ ) حيث يقول : « الهواء لا يحتقن ، من أجل هذا برئت من العنن » •

#### نمن نعلم حقا أن الهواء الراكد داخل غرفة مسكونة بصبيه فساد بفعل :

- تنفس ساكنيها الذي يرفع من نسبة ثاني الوكسيد الفحم 'CO ، وهذا ما يجعل الهواء شيئًا فشيئًا غير قابل للتنفس ( نسبة الهواء النقى المناسبة في حجرة هي الرف في الآلف ) ، ويرفع ايضا نسبة رطوبة هواء الغرفة ودرجة حرارتها مخلا بالبادلات الجلبية ·

للظواهر الطبيعية الأغرى مثل افراز العرق ، وخروج الفازات العوية
 التي تحمل الهواء مادة طيارة وبخار للاء •

 ومن أسباب التلوث الأخرى الغيار وأجهزة الانارة والتدفئة (قد تطلق مذه الأخيرة غازات قاتلة كاول أوكسيد القحم Co · · · الخ ) ·

كل هذه العوامل تبرر استعمال ابن شقرون مصطلح « تعفن الهواء ، ٠

بيد أن الوسيلة الوحيدة التى ينكرها هى العيش تحت الخيام ، فى حين توجد حاليا وسائل لتغيير هواء الغرف ، ونظريا يجب أن يتوفر مصدر لهواء نقى الى جانب فوهة عالية لطرح الهواء الفاسد ( على علو يبلغ ثلثى الجدار ) ، هذا الهواء الذى يتصاعد لأنه أسخن من الهواء البارد ، وتغيير الهواء يجب أن يحدث بسرعة تحدد مكذا ٥٠/٥ Optium de Om 50/5

وتتوافر عمليا تقنيات عديدة تزيد او تنقص تكلفا عن بعضها ( فتحات خاصـة ، مدافىء خاصـة ٠٠ بالنسبة الشفق توجد شـبكات ناقلـة لهواء مكيف ٠٠٠ ) ٠

فيما يتعاق بالمناخية والتي من « مجموع المعاينات والاستنباطات المستخلصة من دراسة المناخ بغية تطبيقها على الصحة وفي علاج الأمراض » ( لاروس ) ، فأن المؤلف يتكلم عنها كاحدى الاهتمامات اليومية التي يجب أن تكون محل اعتبار عند اختيار موقع المسكن ، وطريقة تعريضه للشمس •

## مناك نقطتان تثيران الانتباه:

- مزايا الرتفعات حيث يكون الهواء فعلا نقيا ·

ــ التعرض لمختلف الرياح حسب الحاجة ، وفى هذا الصدد نلاحظ مرة اخرى شعول مبدأ العناصر للرياح •

ورغم اهمال الحياة الحديثة لهذا العلم قليلا ، فانه موجود ، وقد أثبت قيمته خاصة في ميدان العلاج ، ولنذكر على سبيل المثال :

- الاستشفاء في المرتفعات بالنسبة للمصابين بداء الربو وبالسعال الديكي ،
   والمصابين بالالتهاب الشعبي •
- الاستشفاء الشمسي في المرتفعات للمصابين بداء السل في المصحات القديمة •

وليست هذه \_ كما ذكرنا ذلك من قبل - الا بضع نقاط تتعلق بصحة المساكن ، ولهذا الميدان في الواقع اهتمامات أخرى هامة لم يتطرق اليها المؤلف ، مثل حالات :

- \_ التشمس ( المعروف بموره التطهيرى حاليا ، وكذلك بكونه يسمح للاشعة فرق البنفسجية بالمساهمة في تخليق الحيمين ، الفيتامين ، D في الجسم . . . ) .
  - محاربة الرطوية ( لاتقاء الاصابة ببعض الأمراض كالسل مثلا ) ·
- ... نظافة المنشآت الصحية والنظافة على نحو عام ، غير اتنا لا يمكن ان نلوم ابن شقرون ، الذي اراد أن يحصر موضوعه في بضع نقاط خاصة ·

وفى هذا الفصل بين المؤلف كيف يمكن تكييف المماكن حسب العاجات البشرية ، وذلك باختيار بسيط لعمارتها وموقعها وطريقة عرضها • ومع ذلك فلكى نعطى لهذا الكلام قيمته الحقة ، ولمضمونه مكانته ، يجب أن لا ننسى ، الحقبة الزمنية ، والمرقع الجغرافي •

## ما يتعلق بصحة المسافر:

بعد الحديث عن الصحة الغذائية وصحة اللبس وصحة المسكن ، يتعرض الاستاذ ابن شقرون لصحة المسافر ، وذلك لكى يكون عمله تاما ، ولنسجل بان هذا المجال قد اخذ بعين الاعتبار حديثا ، ضمن القضايا التى اهتم بها علم الصحة ، وذلك لأن المسافر مضطر فعلا الى تغيير طريقة حياته العادية ، والى التحرض لطروف خارجية خاصة قابلة لالحاق الضرر بصحته •

وان الذي يجعل القارنة بالمعارف الحديثة محدودة عمليا هو أن العرض الذي قدمه الأدعالة أصيل من تاحيتين :

ــ الأولى تعود الى طريقة السغر الخاصة في نلك الوقت ( المشى ، استعمال الدواب ٠٠٠ ) وهذا يتطلب الكثير من طرف المسافر ، من نلك مجابهة المناخ ، واختيار المئونة و وبالنسبة للنقطة الأولى تغيرت الشروط فتغيرت معها الاحتياطات والتدابير الممحية ، وهكذا تحققت الرفاهية مثلا في الأسفار الجوية ، واصبحت

السرعة والارتفاع في الجو والاهتزازات هي مصدر الأضرار التي يحتاط منها ، لكن المؤلف يذكر نقطة أخرى مثارة حاليا الا وهي « دوار البحر ، حيث ينصح باستعمال الملينات ( أو السهلات ) للوقاية منه ، ويدمج في « دوار الأسفار » بصفة عامة حيث تتناول للوقاية منه قبل السفر للمركبات تدعى ضد هستامينات التشل Antihistaminiques de Synthèse

- أما الثانية - وهى تمثل احدى امتمامات المؤلف الرئيسية ، وكما يبدو ذلك واضحا طوال مؤلفه ( الشقرونية ) - فهى المحافظة على توازن المزاج عند المسافر الذي هو اكثر تعرضا - على الدوام - لأضرار خارجية ( مناخية رغير مناخية ٠٠٠ ) ومن أجل هذه الفاية ، يذكر الأستاذ مختلف المنتجات والأغذية المبردة والمرطبة والمدفئة حسب الحاجة ٠٠ فيما يتعلق بهذه النقطة الثانية ، فانه ليس هناك جدال ممكن نظرا لانتمائها الى مبدأ الطب الدربي نفسه ٠

ورغم ذلك فان هناك بعض النقاط التى يمكن مقارنتها مازالت سارية المفعول فى حالة السفر الطويل كالاستعانة بصيدلية صغيرة حاوية لمواد ذات احتياج اولى •

اضف الى ذلك أن الأرجوزة أشارت الى بعض المنتجات الوقائية التى يوجد ما يقابلها حديثا ، كبعض المستحضرات الخاصة لحماية الوجه من أشعة الشمس ( الأبيات ١٦٦ و ١٦٣ ) حيث تذكر بالمراهم الشمسية أو بمستحضرات الخرى ( البيتان ١٥٧ و ١٦٨ ) تذكر بمراهـم محولة ( مستعملة غالبا ضد المبعوض) وينصح بها هنا للوقائية ضد القمل ، واخيرا هذه المستحضرات الأخرى التى تضاف الى مياه الشرب ( ( الأبيات ١٥٣ و ١٥٥ و ١٥٥ ) ، ويصفها المؤلف من أجل تنقية الهواء المحيط بالانسان ، الا إن استعمالها يمكن أن يكون مزدرجا نظرا لعناصرها المركبة لها ( الثوم ، البصل ، الخل ١٠٠ ) ، انه شبيه جدا بمستحضر ضد التعفن المعموى ، ويبرر استعماله تبريرا كافيا لو تذكرنا اخطار الباء خصوصا في تلك الفترة من الزمن ،

وهكذا ، ويمراعاة الحقبة الزمنية التى تم فيها مذا الانتاج ، ويمراعاة مضمونه الطبى فانه يمكن ــ مرة اخرى ــ تقدير غنى هذا الفصل ·

# خلاصية

واخيرا ، أدى بنا هذا العمل الى اعطاء خلاصة عن الأرجوزة الشقرونية نفسها ، وعن مؤلفها من جهة ، وعن القاعدة التى استند اليها وهى الطب العربي من جهة أخرى •

وقبل أن نسبر غور « الشقرونية » ونغوص في اعماقها ، يدانا أولا بايضاح السمها ، والرجوع الى مصادرها ، وهذا ما سمح لنا باكتشاف الطب العربي ، من حيث حبادت الاساسية – بعد ارتا من الطب اليوناني القديم الذي شافه من جديد م رقبل المسلمين عند فتحهم المبلاد والذي كان متكيفا مع ، ومناثرا بعبقريتهم الخاصة ، وبذلك ارتقى الى مرتبة الطب الرسمي م خلال قرون ، قبل أن تعرف الامبراطورية الاسلامية – شيئا فشيئا ، موازية – الانحطاط ، وكان ذلك منذ القرن الثالث عشر ، ومن جههة احرام ، كدليل على الصلة الوامية بين هذا الطب وبين الاسلام – ان السلوب التاليف في « الشقرونية » يبدأ ويتنبي بحمد الله .

بغضسل هذا المؤلف الموثق من مخطوطات محفوظة جيدا ، ومن طباعة حجرية ، وكنائك من خلال كتابات مؤرخين مشهورين قسماء ومحيثين ، يقدم لنا الطبيب عبد القادر بن شقرون أحد الدلائل الحديثة على هذا الطلب ، وهو جدير بحمل هذا اللقب •

والمؤلف ـ وهو مكتوب بأصليب جميل وعمهل ، على بحر الرجز من أجان غايات نطيمية ـ يستحق فوق كل ذلك أن يكون دراسـة حقيقيـة للصحة التى تتطلب استعمال جميع عناصر الوسط الخارجي ( أغنية ، والبسة ، ومسكن ، مناخ ) حتى تضمن للانسان توازنه الفيزيائي ، وفي هذا الصدد ببين الاستاذ ف يمكن الحصول على القسم الأوفر من هذه العناصر ، كل ذلك في توافق مع السياق الجغرافي والامكانات التقنية في عصره • وهكذا يبدا الكاتب مؤلفه بفصل تام المتغذية ، حيث يذكر في ثناياه دراسة أكثر من خمسين منتجا نباتيا ( فواكه وخشير ) ، بعضها نو نوعية مغربية ، وآكثر من عشرين صنفا من اطباق الأطعمة ومن الطويات ، أغلبها ما رأل يصنع في ايامنا هذه ( وقد حدمنا بنقة بعض الترابل في المعبم ) ، ويصعة عامة ، فانه ببين الدور الأساسي الذي تلعبه التغذية في صحة الغرب .

وآنى بعد هذا الأخير فصل الملابس الصحية ، حيث جعلنا الأستاذ نكتشف - من خلال دراسة الانسجة الطبيعية ... بضع خصائص غير مشكرك غيها تتطلق بالملابس ، سواء كانت وقاتية أو علاجية ·

ويذكر المؤلف بعد ذلك دراسة صحة المماكن ، حيث يبين من خلالها ، كيف يمكن الاستفادة ـ الى حد كبير ـ من التكيف البسيط مع المعمار والموقع وطريقة العرض حتى يلبى حاجات الانسان ·

والمثيرا ، ولكى يختم المؤلف عجال الصحة ، يعرض لبضع نقط حول صحة المسافر ، وهذه المعراصة لها أهميتها اذا وضعت في سيافها •

وقد استطعنا أن نكتشف .. في هذا القصل .. بعض الأدرية الطبيعية التي توجد في الطب العربي بصفة عامة ، والطب المغربي بصفة خاصة ، وذكرتنا فصوله القصيرة الخاصة بالعلاج الذي يقدمه الناس البسطاء ( وقد وردت دراسة في المعجم لتحديد التسمية اللاتينية كمثال ) •

ولم نستطع بالفعل ـ نظرا لغنى هذا المؤلف ـ ان نقوم بتحليل تام لكل المحطيات ، ومع نلك فلنذكر ، بصفة عامة ، أن « الشقرونية » اعتمدت على مبدا الطب اليونانى القديم ، وهذا البدايرتكز على أن كل مادة مكونة من عناصر أربعة ( وضمن ذلك جسم الانسان ) ، ويطالب باحداث التوازن بين هذه المركبات حتى يضمن الصحة للجسم .

ومن هنا وصفت الأغنية ، وحدد النظام الشاذائي ، وتم تحديد شاكل اللباس ، وعلى هذا الأساس أيضا وصفت الأدوية للعلاج •

وهكذا ، ولكى نكون فى مستوى تقييم الدقة العلمية التى برهن عليها ابن شقرون فعلا ـ طوال مؤلفه ـ ينبغى جيدا أخف هذا البدا الأساسى بعين الاعتبار : هذه النقطة تجعل امكانات تحليل المؤلف محدودة من جهة ، وكذلك مقارنته باسساس للعارف الحديثة ، لكنه رغم كل نلك يتشبث - في التطبيق العلمي - بنقاط للمناقشة ، سمحت لنا باستخلاص ما يلي :

 لذا كانت بعض المظاهر تعلن علما حديثًا ، كما هي الحال في مجال الكيمياء ، وذلك في القصل الهام الخاص بمياه الشرب مثلا •

\_ وأذا كانت بعض المعليات ما زالت معروفة ومعمولا بها حتى ايامنا هذه ، كما هي الحال بالنسبة للخصائص العلاجية المعروفة عند يعض النباتات •

- وتوجد الضما ثغرات يرتبط بعضها بالمارف المدودة الخاصة بهذه النفق من تاريخ الانسانية ( جهل الأحياء الدقيقة مثلا ) ، ويرتبط بعضها الآخر بانحطاط هذا الطب نفسه ، وذان انحطاطا حقيقيا زمن تأليف هذا النختاب ، ويتجلى في بعض الأحكام الذاتية . ويعض الفقرات التي كانت نادرة - لحمن الحظ - في د الشمقرونية ، والتي تدخل بعض المفاهيم السحرية والخرافية في الطب ، وهذا ما سيقوده شيئا فشيئا الى مرتبة الطب التقليدي .

هذا المؤلف بين \_ وذلك استنتاح نهائى \_ الأهمية التى أولاها هذا الطب للصحة بمفهومها الواسع ، ورغم قصور « الشقرونية » ذان لها الفضل في فتح نافذة على الطب العربي من حيث مبادئه واستدلالاته واهتماماته ·

وهذا المظهر \_ سمع لنا \_ بمقارنة و الشقرونية ، بالطب الشرقى ( العلاج بوخز الابر ) ( ( العلاج ( الدي عناصر الطبيعة الابريعة ، والذي يهحف الى احداث توازن ما ، هذا التوازن بين و الين ، و أنينج ، وهكذا ، بشكل مواز ، وبالنظر الى تجديد الأهمية التي يعرفها هذا الطب بالبلاد العربية في المامنا هذه ، فانه لا يمكن استثناء الطب العربي من أن يعرف \_ هو أيضا \_ معاصرة من شانها أن ترد له اعتباره .



# مطلبع الهيئة المصرية العامة الكتاب ١٩٨٢/٣٣٠٠/٣٣٠٠ رقم الايداع ١٩٨٤/٢٠١١ ٤ ـ ٢٩٥٠ ـ ١٠ ـ ٧٧٧

رابلد عد الرسونية بين المرزون والمرافقة المرزون إيمال فود المَّ الْمُنْ الْمُنْ

د زارها غشله الاشکا مرحد افال او معار عنى بالمناه تقل المامية تنسول الهالع عرانها والمراه والموالف والتساع والتساع والموالف والتمام والمعاولة المالف والمالف والمالفولة والمالفولة والمالفولة والمالفولة عالنها ويله بالبعساج وو-الدنعة ووالدادي أوامتوامع ومنخابة ب موكره الجنوب الهمات وعالبه الطاكول و يحسان و مندو بالرائم المنات و و مناور المنات المن امُرُا وَقَدُ اللَّهُ مِعْمُ مَدَانَهُ تَدِمُ الْرَاظُ بِدِفَ مَنْدِ مَنْدُ وِوَالدِمَارُ وَيِلْ وَبِالذَّلْ لِذِنْ المالية والمفارق المشوال

وه والديكي الملاج (الآل الآ وعود إن عضيف الغيق

Tarkers to the second

المنافع المنا

# وخبراه الزينيون وي و والسنات الماه الموهم

with the sale of the last upit stickers أنميزان للتيكيرال يتضاله المنافاة الردار تعبد المالكاما والتوالي والمجالف المراجع والمستما مستني إجعا أعتبه وإشبت الماعني وفرون فاخاذ عَلَيْ عَلَى اللَّهِ اللَّهِ الْعَلَى اللَّهِ اللَّهِ اللَّهِ اللَّهِ اللَّهِ اللَّهِ اللَّهِ اللَّهِ سيعتنانسفار لينواك ألمنسوطي شارله وات فالنمنى فأطعش فلس رايات عالم وسدين رايفة تُعلَوْ فِي الْمِرْسِ صَدِي السُرُورِ وَفَكَ عَالَمَهُمَ क्षेत्रकाश्याम् विकेत्र विद्यान्य विद्यान

وبالد تيزيور الزيبوانا ف بيرا (إرزار داري) (د اعر ميس دُ بُورُا فِوْدُ إ ( ( يم أما ( ( لغ شَرِّتُوكِي بِلْأَرْدِيْ إِنْ استراع مسراد الله مر (د الريقة Plie; شرال دالد ي وعلالزوات والأراف فتنكث أدفو នំប្រក្រដ្ឋារ នៃថ្ង Sec. 5. 53 تفاولوا أنتاؤا للنبث

عنافا المشيرفة وعلامر كسلا ؙؙؿۯۼۯٲۯڬۼٵڒؿٚڣ ۼؙڒۺڕڒڶۮ**ۯٷۅڒڵۻٙڵۼڵ** لا والله المارافين المرافق في المرافق ال والمراجع المراولين ્રો;તર્ફો મુક્ وطر(بندار)

اروابه خاج وا با الدغوية 2 نامان نظر ود Versit 1

لمبينتكم والعائكس وبعر عالمال مندانداند مالم مفلع والد ومر ماراله الماعضات الصاعرى ساوالله مكمالس بنديفول الا اشطار المع علما النعام ويفاقا ئىليەرلىماكن ئىلغىت خواشىرىدالا كىلىمى ئالغىلىراد ئىللىرى ئىلەغالىد و من المرافظ المنظمة والعضر المنظمة ا

#### TRANSCRIPTION

ثم الصلاة والسلام ما بدا برق ورش مرتعا قطر الندا .671 على رسول الله صفوة البشر من نوره العوالم انتشرر .672 ومن سما فوق المرسماوات العلا وبات فردا لابسا اسنى العلا .673 اذ قدمته الرسما الكرام عليهم المسلة والسمام .674

انتهى والحمد لله بلا منتهى والحمد لله وكفى وسلام على عباده النين اصطفى والحمد لله رب العالمين

#### TRADUCTION

- 656. Munis toi également de cinabre ou de mercure pour éliminer les poux des vêtements;
- 657, piles un peu de staphisaigre et enduis-en le corps.
- 658. après t'être enduit d'huile de noix, pour te prévenir des poux.
- 659. enfin, il n'y a pas de mal à boire du vinaigre car cela ne peut faire que du bien.
- 660. Continues ainsi durant tout le voyage jusqu'à obtenir un tempérament parfait.

LE PROFESSEUR TERMINE SON OEUVRE

PAR L'ELOGE DE SON ELEVE ...

فى ثويه لقتــل قمــل بتقى .656 دق زبيب الجبسل المعلوما وادلك به فديتك الجسسوما .657 تصر دواء القسل اي حوز .658 والنصل أن يشرب فلا ملامة تثول عقباه الى المسلامة .659 حتى نري المزاج منه قد كمل .660 يا من ربى بأكسرم المعادن .661 والعلم والحلم والاستقامة .662 ومن ذهت به عقول العلما .663 فنعم محمود القاصد الورع .664 قد وجلت من مصمها اي وجل .665 لا سيما في هذه الصناعة .666 والكرب والهضم عوامل الفتن .667 من فاضل بر حسيب مرتضى .668 فان الصبت فلكم اسمنى الثواب والذنب ان زغت عن نهج الصواب .669 مرقا يروق عين كل متيق 670.

واحمل من الزنجفور أو خذ زئنقا من بعد غمره بدهن الجسوز واستلك به في سيدره هذا العمل فهاكها يا مفرد الماسن يا من سما البير (١) والكرامة ومن زهب به عقسول العلمسا احسن بفرع نجار مرتفع عقبلية مغضبة من الخصيل من مقتد ليس الله بضاعة تنازعت فؤاده بعد الشحن غطت (٢) عظيم عييه عين الرضا لازلت في أوج السعود ترتقي

# LEXIQUE

. Le mercure: الزئيق

نبيب الجبل 7. 657 : Staphysaigre ou «herbe aux poux» Ver. No. 537.

الزنجفور 0.656 ٧. : Le cinabre: produit à base de mercure et de soufre.

<sup>(1)</sup> Les vers 7. 8. 9. 10. manquent dans la copie (13) (2) Tout ce vers manque dans copie (B).

- 641. Quant au bain, c'est le meilleur remède contre la fatigue après un grand effort,
- 642. surtout au bain maure et dans un endroit intermédiaire (c.a.d ni trop chaud ni trop froid);
- 463, enduis toi après d'huile de violette ou d'huile de rose odorante.
- 644. Si tu veux présèrver ton corps lors du voyage,
- 645. protèges ton visage d'un voile en ne laissant aparaître que les yeux, à l'heure des grandes chaleurs;
- 646. (ou bien) mélanges de la résine de cèdre à de la gomme arabique, ou de l'amidon ce qui revient au même.
- 647. presses par dessus du pourpier et enduis-en ton visage pour remède;
- 648. il semblerait que aussi le blanc d'œuf soit efficace, et le fait de s'en induire agit comme un antidote des poisons.
- 649. d'autre part, il est profitable pour la santé de se boucher les oreilles avec du coton lors des tempêtes,
- 650. préscris cela aux conducteurs de méharis en cas de vent violent dans le désert,
- 651. ceci pour ceux qui voyagent à dos de chameau par temps chaud; quant à ceux qui voyagent par temps froid,
- 652 donnes leur la préparation suivante : un drachme de thapsia mélangé à une goutte d'huile;
- 653. abreuves'en celui qui se plaint de froid, pour le soigner.
- 654. Quant à celui qui veut se prévenir du mal mer, préscris lui une purge avant le voyage,
- 655, et adoucis lui le tempérament pour lui éviter d'être victime du sec qui le rendrait malade.

ويبرىء الأجسام من داء النصب 641. مع توسسط من القسام .642 او دهن ورد طيب ذي ارج .643 كيما تعد من وجوه مسفرة .644 الم عدى العينين في الهواحر .645 مع النشا تبليغ نفس الأرب .646 واطل محياك تنيل شيفاء .647 خصابه سـر السـموم داقـم .648 لدى اشتداد عاصف بالقطين . 649 عند اشتداد الريح في المنجاري .650 أما الذي يظعمن وقت القسر 651. مع يسير الزيت مثل البرهم .652 كى تطرد المخوف اي طرد .653 اسهله قبل جده في السحر ،654 لين له الطبع ايسلا يهجما عليسه ييس فيسرى منعسما .655

والاحتمام خير ما يشفى التعب لا سيما ان كان في الحمام واللك بدهن عاطس البنفسيج ان شئت في الاسفار حفظ البشرة من حر وجهك بثوب ساتر حل الكثير مع صمغ عربي واعصر عليه البقلة الحمقاء كذا بياض البيض قالوا نافع ومن صلاح الجسم سد الأدن وأمسر بهذا راكب المسساري هـــذا لمن يظعن وقت الصــــر فامزج له الحلتيت وزن درهم واسقه من يشكو هجوم البرد ومن يخاف دوخة في البصر

# LEXIQUE

V. 641 : La fatigue suite à un effort prolongé.

النشا 7.646 : L'amidon (fleur de farine).

V. 647 النقلة الحمقاء : Le pourpier, Portulaca oléracéa L., appelé aussi «Ar-Rijlâ».

: Joue, visage.

V. 648 يباض البيض Le blanc d'oeuf.

V. 649 : Le coton.

V. 650 (c. lati : Les méharis, nom donné aux chameaux du désert d'Afrique du Nord.

V. 651 ظعن :Voyager à dos de chameau.

. Le mal de mer : يوخة في البحر 554

- 626. et tout ce qui est exposé au vent du Sud.
- 627. est doux et chaud et convient aux personnes sèches.
- 628. Les vestibules sont froids et secs; c'est donc le meilleur emplacement.
- 629, au moment des vagues de chaleur d'été..
- 630. A propos du nécessaire de voyage, pour ce qui est des remèdes;
- 631. Avant de voyager purges toi de tout déchet et fais une prière à Dieu:
- 632. munis toi de produits humidifiants et adoucissants pour combattre la sècheresse.
- 633. comme les conserves de roses et de violette, ainsi que de produits contre l'excés de chaieur.
- 634. comme les pastilles de camphre et le vinaigre de vin à prendre avec de l'eau (en cas de chaleur)...
- 635. ou bien les tisanes d'orge, à boire lorsque souffle le vent brûlant (vent du désert).
- 636. Méfies toi des légumes lors des voyages, ils sont source de maladies.
- 637. Prévois également des purificateurs de l'air et ce qui te protègera de l'insalubrité des chemins :
- 638, piles un peu d'oignon et d'ail et mélanges à de la menthe odorante.
- 639. à des pommes vertes et à des raisins secs; pétris le tout avec du bon vinaigre,
- 640. et mets-en un peu dans tes boissons pour purifier l'air et annéliorer leur goût.

من غير حسائل لدى الهبسوب .626 يتحف أهمل اليبس بالنضارة .627 فهى اذا من الطيب المجالس 628. عنسد اشستداد الوهسج العنيف .629 من الدواء الفائق المختسار .630 من فضله ، وابتهل ابتهالا .631 ما يذهب اليبس بطبسع لين .632 وما يزيل المر عند الوهم .633 تمزجه بالمساء وقت المسر 634 ان هجم الهواء كالشعير .635 فانها مسرعة الأضرار .636 وما يقيك وخسم الموارد .637 دق يسيير بصل وشوم وامزجهما بالنعنع المسموم .826 واعجن بخسل طيب عجيب 639. وحل منه البعض في ما تشرب يمسفو الهواء ويلذ الشمري 640.

وكبل ما يكشبف للجنوب فاحكم له باللين ، والصرارة والبرد ثم اليبس في الدهالس وقت هجوم الحر في المعيف القول في المخصوص بالاسفار قدم قبيل السمسفر الا مسهالا واحميل من المرطب اللسين مثل الربى الورد والبنفسيج كقرص كافور وخسل خمسر او اشرب السويق من الشعير واحذر من البقول في الاسفار واحمل موانع الهواء الغاسيد وحامض التفسساح والزبيب

# LEXIQUE

الجنوب ٧.626 : Le vent du Sud.

V. 628 : الدهالس: Le terme classique est : الدهالس ) vestibule, entrée de la masion entre la porte extérieure et les appartenents. (Kasimirs.).

V. 630 نسفر \_ اسفار Voyage.

V. 633 مرب الورد : Conserve de rose.

الكافور 7.634 ك : Le camphre: produit obtenu par la distillation du bois de camphrier, Cinnamonum camphora Necs, arbre d'éxtrême Orient.

<sup>:</sup> La tisane. السوية 7. 635

السمير Et plus justement: الشعير signifie brûlant. (Dozy).

- 611. portes les, si tu as peur pour ton corps, au dessus d'une chemise de lin.
- 612. Tout ce que j'ai noté au sujet de la laine, comme bienfaits et comme risque,
- 613. est valable pour les tissus en laine de chameau (et autres ....); tous sont efficaces contre le froid.
- 614. à l'exeption de la variété «al masqûl» dont le tempérament est froid.
- 615. A propos de l'aération des habitations, des palais aux maisons de pauvres.
- 616. Celles qui ont de larges portes conviennent aux quatres saisons,
- 617. que le climat soit chaud, froid ou tempérément ..
- 618. ceci est également vrai pour les tentes ...
- 619. cependant, dans ces dernières, l'air ne stagne pas et il n'ya donc pas de putréfaction.
- 620. Quant à l'habitation aux ouvertures étroites, elle est protégée des vents,
- 621. ainsi, elle est chaude en hiver et inversement (froide en été);
- 622. c'est surtout le cas des chambres en sous-sol dans les grandes maisons (les palais).
- 623. Celles (les habitations) qui sont exposées au vent du Nord et de l'Est ou qui sont situées en hauteur,
- 624. sont les plus saines car leur air est libre d'impuretés.
- 625. Celles qui sont exposées au vent d'Ouest conviennent aux fiévreeux:

فالبسه أن خفت على الجثمان من فوق حائل من الكتسان .611 وكل ما ذكرته في الصسوف من صالح يرضى ومن مخوف .612 احكم به على الثياب الوير جميعهما من المبرودة برى .613 واحكم ببرد طبعه المعقول .614 من القصيور ومن المساكن .615 فهو يطابق الفصول الأربعة .616 غى الحسر والبرد والاعتبدال فلا تكن في الحق ذا جدال .617 واحكم بمثل ذا على الخيام ولا تخف معسسرة المسلام .618 لكن هـــواء هـــده لا يحتنن من أجل هذا برثت من العفن .619 والمسكن النصيق الانفتاح مستتر عن جملة الرياح .620 فاقص له بالحر وقت البرد واقض له بالبرد وقت الضد .621 لا سيما ما كان تحت الغرف ونحوها من كل قصر مشرف .622 وما يقابل الشهمال والصها من غهرف أو كان في أعلى الربا .623 فهو لذى الصحة خير منسزل هواؤه عن وخسم بمعسزل 624. وكمل ما يكشمه للديسور ينفع كل بدن محسرور (١) 625.

واستثن ما يعرف بالممقول القدول في أهوية المسماكن وكسل ما أبوابه متسسعة

# LEXIQUE

: Le vent de l'Est. : la hauteur, l'altitude.

تباب الوير V. 613 : Laine de chameaux et autres herbivores (à part le mouton).

المعقول 7.614 : Sorte d'étoffe légère portée en été. (Dozy).

V. 615 اهوية الساكن L'aération des habitations.

L. 15 : Le vent d'Ouest.

V. 623 الشمال : Le vent du Nord.

<sup>(1)</sup> Ce vers manque dans la copie (C).

- 596. il favorise la croissance, aide à grossir, et amène le sang à la surface du corps,
- 597. il donne un bon teint et certains, disent qu'il guérit de la gâle;
- 598. la meilleure variété est la «ar-rûmî», c'est à dire la toile batiste, dont le port est un remède,
- 599. elle est connue sous le nom de «kâmurah», et contient un surplus de froid;
- 600. la variété «ar-ruwwân» lui est comparable et toutes deux représentent un remède pour le corps;
- 601. comme autre variété : la toile de lin blanchie est d'un bon tempérament et d'un port élégant.
- 602. Evites autant que possible toutes les marques importées d'Egypte.
- 603. comme la «baladî» transparente et la «suyûtî» («de Assiout») et surtout la «fallûtî» (de Manfalout).
- 604. en effet, elles causent toutes de la putréfaction et favorisent la pullulation des poux à la surface du corps;
- 605. c'est également le cas pour la toile non blanchie qui est cause de putréfaction d'après les connaisseurs.
- 606. Les habits de laine sont d'un tempérament chaud et sec,
- 607. ils conviennent, par leur (tempérament) sec, au pituiteux, combattent l'humidité due à un exés de sang (humeur).
- 608. et pour tous ceux qui se plaignent d'hydropisie c'est le meilleur des remèdes:
- 609. cependant, pour le bilieux et l'atrabilieux, c'est les pires des vêtements.
- 610. ils ruinent leur santé et leur corps, réserve les donc aux tempéraments avides de chaud;

ينعم الجسم ويورث السمن ويجذب الدم لظاهر البدن .596 يفيد لونا حسنا مكتمـــبا وقال بعضهم : يزيل الجربـــا .597 لباسب يزيل شييس النصب 598. أغضله الرومي أعنى القصيي وهبو الذي تعرفه بكامرة زيادة البرد عليه ظاهرة .599 كلامسا يشفى به الأبدان .600 ومثلب في صنفيه السوان ودونه القصير الخماسي يدسن في الطبع وفي اللباس 601، وكل ما يجلب من مصـــر فلا تقربه ما اســـتطعت اذ حان البلا .302 لا سيما الخشين كالقلبوطي .303 كالبلدى الشفاف والسيوطي اذ كلهـــا مســرعة بالعفــن وتكثر القمل بسطح البيدن .604 ككذلك الخالي من التقصير معفين عند ذي التحرير .605 وكل ملبوس من الأصبواف سيخن المزاج بين الجفساف .606 ينفع بالتجفيف أهل البلغيم وكل رطب البسم من فرط الدم .607 وكسل ما يبلى بالاستسقاء فهو له من أعظمهم الدواء .608 وهو لدى الصفراء والسوداء شير لياس مسرع بالداء (١) .609 يوهـــن القـــوى وينهك البـــدن فتركه لدى الحــرارة حســن .610

# LEXIQUE

V. 597 الجربا : La gale.

V. 598 : Variété de lin; signifie littéralement «grec», ou «romain», ou «étranger» de façon générale toile batiste; (Kasimirs.).

Syn. انقصبى :«al qasabi»; Syn. كادرة :«kâmurah».

 V. 600 الروان : «Ar-ruwwân» ou reuennerie. Toile importée de Rouen. (Dozy)

V. 601 القصر: «Al muqassar» = toile de lin blanchie. (Dozy).

V. 603 البلدى: «Al baladî», variété de lin.

: «As-suyútî» = lin de Assiout (Egypte). القلوملي : «Al-faluûtî» = lin de Manfaloute (Egypte).

V. 606 الإسواق: Les lainages.

<sup>(1)</sup> Ce vers manque dans la copie (C).

- 581. Le retardé mental, enduis lui la tête d'huile de moutarde au moment du rasage; il y a quelque espoir.
- 582 et parmi les aventages dans le port d'une dent de hyène, il ya son efficacite dans le traitement de l'amnésie.
- 583. Enfin, lorsque l'esprit s'encombre d'affaires amoureuses, de soucis, ou de problèmes de manque de moyens,
- 584. n'éspérez pas y remédier car ce serait comme battre du fer froid.
- 585. Voici, en résumé, ce qui permet de se passer des grands remèdes:
- 586. Evites la cause des problèmes à savoir les lentilles, le coriandre et les fèves.
- 587. le lait aigre, les oignons, l'ail, et les pommes acides.
- 588. A propos du vêtement ...
- 589. La soie est légèrement chaude, son port est un remède contre la maigreur,
- 590. c'est le traitement contre les poux, la faiblesse d'estomac ainsi que les palpitations cardiaques et les ulcérations.
- 591. Les tissus en coton sont d'un tempérament franchement chaud et ils seraient également secs et doux;
- 592. leur port est appréciable en hiver, et ils servent aussi comme remède.
- 593. contre la paralysie faciale, la maladie de Parkinson et l'hémiplégie;
- 594. cependant ils sont nuisibles en été, surtout pour un sujet maigre.
- 595. Le lin est doux et froid, et sa toile est appréciable:

اثر الحسلاق ادهن تفز بالأمسل .581 اذهاب نسيان الفتى لما يعي .582 بالعشق أو بالهـم أو بالفقــر .583 فذاك ضرب في حديد بارد .584 هذا الذي لخصيت من مختيار يغنى عن الأدوية الكبييار .585 والمتجتنب مواسد الفضيول من عدس وكزيس وفسول .586 ولبـــن وبصـــل وثـــوم وحامض التفــاح من مذموم .587 القسول في الملبوس من ثياب ننكسره في معرض الجواب .588 الخسر في الصرير باعتسدال لباسسه يبرى من الهسسزال .589 ويمنع القمل وضعف المعدة والخفقان والقروح المفسدة .590 وفي ثبـــاب القطن حــر بين وقيـل يابس وقيـل ليـن .591 لباسمه يحمد في الشمستاء وطالما افضى لرفسع داء .592 من أجل ذا يصبح في التعالج من لقدوة ورعشمدة وفسالج .593 المساكنة يضمر في المسميف لا سيما بالجسمد النميف 594

مؤخسر الرأس بذهسن خسردل ومن خوامن حمل سنن الضبع وحيثسا تشعل نفس المسر لا تطمعين في زوال الوارد واللين في الكتان والبرودة اثوابه جيدة محمدودة .595

# LEXIQUE

V. 581 مؤخر الرأس : Le retardé mental.

: Huile de moutarde.

سن الضبع V. 582 : La dent de hyène (portée comme amulette).

لبــڻ 78.587 : Lait aigre.

V. 588 : ثوب ـ ثياب Tissu.

الحرير 589 . : La soie.

: La maigreur.

القمل V. 590 : Les poux. : Le coton. القطن V. 591 v. 595 الكتان : Le lin.

- 566. respectes ce rythme jusqu'à la guérison.
- 567. Quant aux anacardes, ils ont (à cet effet) une propriété noble et réputée,
- 568. cependant il est dangereux d'en manger car ils causent un mal sévère;
- 569. ils se présentent comme des graines ressemblant à des chataîgnes ou au coeur d'un oiseau.
- 570. ils sont de couleur noire et contiennent une pulpe; ils proviennent de l'Inde; Voià pour ce qui est de la description;
- 571. La plus part les considèrent comme un poison dont l'antidote serait la noix:
- 572. quant au raisin sec de la Variété «Sarghini» il a certainement été fait erreur à son suiet.
- 573. en effet à l'exemple du hachish, il est nuisible et c'est un stupéfiant;
- 574. ceux qui le confondent avec l'anacarde se trompent;
- 575. j'ai vérifié qu'il s'agissait d'une variété grande de morelle noire, apprends cela d'un spécialiste,
- 576. et les hommes de science l'appellent encore «al mukhabban»; il n'y a pas dé risque à s'en masser le corps.
- 577. contre les inflammations (enflures) rebelles au traitement, en association avec de l'huile de rose et de la céruse,
- 578. il est applicable sur toutes les parties du corps et sur les articulations mais il ne faut pas en faire un usage interne.
- 579. si par ignorance quelqu'un est amené à en avaler, fais le vomir, enduis le de beurre,
- 580. et fais lui boire de bons sirops pour éviter de graves consécuences.

أن يحصل البر ويذهب البلا .566 شريفة عن الجميسم مروية .567 ومع ذا فأكلب فيه خطر يحدث في الأبدان منتهي الضرر .568 وهو حب يشبه القسطالا أو كقلوب الطبر لا اشكالا .569 اسمسود في داخلمه عسيلة يأتي من الهند فهاك الماهية .570 ترياقه الجوز كما قد قرروا .571 أما الزبيب المفسد السرغيني فغله طفيه باليقين فهيو مخيدر وقبيل مفسيد .573 من أن بدخل هذا لولا الغلط .574 من عنب الذيب فخذه من خبير .575 يدعوه أهل العلم بالمنبئ لا باس أو يطلى لسطح البدن .576 لورم يعسر في العملاج بذهن ورد مع اسفيداج .577 اياك واستعماله من داخس .578 ومن يغسرر جاهلا بأكلسه نضف بالقيء وبالزيد اطلبه .579 اطعمه طبيا من الربوب كيما تزبل معضه المطوب .580

وراع ذا السترتيب مسكذا الى اما البالدور ففيه خاصية قد عدد من السموم الأكثر مثل الحشيشة قبواه تفسيد ومن لسميمه بلادرا سميقط قد صح عندى انه النوع الكبير في سائر الأعضاء والمفاصل

#### LEXIQUE

الدرء V. 566 : La guérison.

V. 567 البلادور : Noix de marais, anacarde; fruit de l'anaquardier. Semecarpus anacardium (famille des térébinthacées); le nom vulgaire est «Hab al-Fahm», c.a.d. «grains de l'intelligence».

القصيطال V. 569 : Les châtaignes, les marrons.

ترياق 77. 571 : Antidote.

السرغيني V. 572 : «As-Sarghînî» Variété de raisins secs.

V. 573 : Le hachisch, résine du chanvre indien; c'est un stupéfiant.

: Stupéfiant.

: La morelle noire, Solanum nigrum L V. 575

V. 577 اسفداج : La céruse, carbonate de plomb.

- 551. Ainsi qu'à du mucilage de graines de coing, pétris le tout et fais-en des pillules de la tatlle d'un gram de poivre;
- 552. au besoin, mets une pillule sous la langue, tu en tireras un grand bienfait,
- 553. et avales toute la salive écoulée, ta voix s'améliorera et s'intensifiera.
- 554. A propos des médicaments améliorant la mémoire et l'intelligence.
- 555. Si l'amnésie provient de l'humidité, traites la par (un produit donnant) une chaleur sèche.
- 556. comme le castoréum, l'encens, le souchet, la marjolaine;
- 557. nettoyes avec «des produits qui embaument» avant de boire le médicament.
- 558. Si l'amnésie provient d'un éxés de sec, élimines alors la bile noire tu traiteras le mal.
- 559. enduies à l'huile de violette la tête de celui que tu veux rendre intélligent,
- 560. et son meilleur remède, d'après l'éxpérience est le séné,
- 561. choisis-en une bonne qualité, il donne toute satisfaction.
- 562. Utilises l'encens pour améliorer la mémoire, encens encore appelé «hasa lubân»,
- 563. et ajoutes lui du sucre et du souchet en quantités égales, pour être efficace;
- 564. prends ceci pendant trois jours et arrêtes pendant cinq jours
- 565. puis reprends en trois jours et arrêtes pendant cinq jours, tu en tireras alors profit;

اعجـن وحبيه كحب الفلفـل .551 وعندما تحتساج الق واحدة تحت اللسان تلق كل فائدة .552 يحسن منك الصوت ثم يرتفع .553 القول في المختار من دواء يصلح للحفظ والذكساء .554 اذا اعتسرى النسيان من رطوية فادفع بحسر يابس ضروبه .555 كالجنب باد سنتر ثم الكندر والسعد ثم الرد قوش الأخضر .556 ونق يالا يا رجات قبل ما تشرب شيئًا من دواء قدما .557 وان يك النسيان عن يبس عرض فاسهل السوداء يذهب المرض .558 وادهن بدهن النور من بنفسج رأس الذي منه الذكاء ترتجي .559 وخيسر الويته المستحسنة حسيما قد جربوا قرض السنة .560 وخذ سيفوفا جيدا منتخسا مباركا حمده من جربا .561 اعمد الى الذكر من لبان اى كندر يدعى حصى لبان .562 اضف البه سكرا وسعدا على السواء كي تنال سعدا .563 خــذه ثلاثـة من الايــام واتركه خمسة على التمـان .564 وعد له ثلاثة وخله خمسة أيام تفرز بفضله .565

مع لعاب البزر من سفرجل وكل ما انحل من الريق ابتلم

# LEXIQUE

V. 551 لعاب : Mucilage. اللسان V. 552 : La langue. المفظ 75.54 V. 554 : La mémoire. الذكاء : L'intelligence. V. 555 التسدان : L'amnésie.

V. 556 : Castoréum, produit d'une glande spéciale, حثد بادستن (annexée) à l'appareil génital du castor Castor Fiber L. السعد : La souchet, cyperus.

> المردقوش : La marjolaine = Organum Majorana L.

التنفسج : La violette = Violata odorata L. V. 559

V. 560 السنة : Le Séré: calui vendu au Marce est le Cassia acutifolia.

V. 562 عصا لبان = لبان Encens (V. ver. 545).

- 536. Si tu veux améliorer le plaisir coîtale.
- 537. ajoutes le fruit amer du genêt à de la cannelle de Chine et à du staphysaigre de bonne qualité,
- 538. pétris le tout dans du miel pur puis fais-en des pillules de la taille d'un grain de poivre;
- 549, mets une pillule dans la bouche et enduis la verge de la salive qui s'écoule.
- 540. Les os d'un coq noir, brûlés dans des feuilles de choux.
- 541. et pétris avec des déchets de pastèque, redonnent aussitôt le «charme» de la virginité.
- 542. A propos des remèdes de la voix.
- 543, mets du jus de bon choux sur des braises de charbon de bois,
- 544. attends jusqu'à évaporation de sa moitié, puis ajoutes une quantité double de sucre,
- 545. et avant que cela ne se solidifie trop, ajoutes de la gomme, de l'encens et de la résine de cèdre,
- 546. puis du mastic et de la résine de térébinthe, cette fumigation est un remède extraordinaire.
- 547. contre la toux grasse et l'enrouement, elle est dépurative pour les poumons,
- 548. elle améliore la voix et élimine la pituite ainsi que les déchets
- 549. Comme autre remède, il ya la «pillule de la voix» ;
- 550. ajoutes de la gomme arabique, à de la résine de ceure, et du sirop de reglisso.

- V. 541 الكوار : Signifie probablement la pastèque.
- V. 542 الماح الاصوات : Les remèdes de la voix.
- V. 545 : La résine, la gomme (V. ci-dessous ver 550).
  : L'encens, resine aromatique du Boswelia, surtout celle du Boswelia Carterit Birdw, qui pousse en Arabie et en Etiopie.
  - : Résine du cèdre.
- V. 546 علك البطم : Résine du Térebinthe, plus exactement du Pistacia terebinthus L., et au Maroc, du Pistacia atlantica Desf.
- V. 547 خشونة في الحلق L'enrouement.
- V. 548 : Le cerveau.
- V. 550 سوس : Réglisse Glycirrhiza glabra L., pousse dans le sud marocain on utilise les racines. («'Arq Sûs»).
  - عربي الصمغ : Gomme arabique; au Maroc c'est la gomme de l'Acacia gunmifera Willd (Sud marocain).

فضد هديت سببل الصلاح .536 وحسب راس جيسد رزين .537 تمت حبيسه كحب الفلفسيل .538 بريقك المجموع تحظى بالوطر .539 بحطيب من الكبيرنب المنتقى .540 يعيد حملا حكمية البكارة .541 من السدواء الطيسب المواتي .542 اجعل عصمارة الكرنب الطيب من فوق نار القمم دون لهب .543 واجعل عليه ضعفه من سكر .544 للصمعة والكندر والكثيرا .545 وارفعه تظفر بالدواء الأعظم .546 يشفى السعال الرطب والخشونة في الحلق والرية من عفونة .547 ويصلح الصوت وينفى البلغما وفضله الدماغ ايضا فاعلما .548 فاحفل به يا صاح قبل الفوت .549 خذ عربى ألصمغ والكثيرا ورب سيوس نشيا يسيرا .550

وان ترد ملهذ النكهام من عاقر القرحا ودار صبني واعجن جميعها بصاقى العسل وامسك بفيك حدة وإطل الذكر وعظم ديك اسود ان أحرقا فعجنسه بوسسخ الكسواره القول في المصلح للاصبوات الى ذهباب نصفه القسيرر أضفسه دون عقسده كشرا وزده مصطكى وعلك البطييم ودونه الحب الذي للصهوت

# LEXIQUE

V. 536 النكاح : Le coît.

qui est le fruit amer du القريح du terme : القرحا 7.537 genêt ?

> :C'est «l'herbe aux poux», Staphysaigre = Del-حب رايس phinium staphysagria L., on utilise les graines du fruit comme remède.

: Carnelle de Chine, écorce du Cinnamonum دار صيتي 537 .٧ aromaticum Nees.

: La verge (V. synonyme p V. 535). الذكر 7. 539 V.

: La salive.

- 521. c'est un remède pour les reins par son froid et sa douceur, et il ferait même grossir;
- 522. quant au fromage vieux, il est chaud et sec, et il est astringant.
- 523. Ajoutes au lait de brebis, du girofle, de l'absinthe, et du galanga:
- 524. après aveir pilé un huitème d'ocque de chacun des produits,
- 525 cette préparation a la vertue d'améliorer l'érection et d'être aphrodisiaque;
- 526. il en est de même pour les graines de roquette et les graines d'orties (à ajouter à volonté).
- 527. additionnées au jaune d'oeuf de poule; ceci favorise l'érection;
- 528. il en est de même, également, pour le suc d'oignon additionné de son poids de miel,
- 529. pétri avec des graines de navet et de roquette, et de la gomme de thansia à volonté:
- 530. comme autre préparation secrète, on décrit : une ocque d'ail.
- 531. cinq oeufs du cumin et du bon sel,
- 532. le tout cuit dans un quart d'ocque d'huile,
- 533. cela se prend en une seule fois et redonne l'éspoir;
- 534. cette dernière (préparation) ne convient pas aux bilieux, rréserves les donc d'un grand mal.
- 535. La purée de carotte est elle aussi efficace par sa propriété de remédier à la mollesse de la verge.

- V. 524 وقية اوقية : Du latin once, c'est l'ocque, unité de mesure du poids, équivalent à deux livres et demi.
- V. 525 الإنعاظ : L'erection.
- V. 526 الجرجيو : Roquette, Eruca sativa lam.; mais au Maroc, ce terme s'applique aussi à des plantes appelées vulgairement «moutarde sauvage» à savoir les genres Brassica, Raphonus, etc ...
  - : Graines d'ortie. Les médecins arabes distinguaient deux genres d'orties : l'ortie rude Urtica urens L., et l'ortie molle comprenant, entre autre, la mercuriale (Mercurialis annua L.), la pariétaire (Pariétania officinalis L.)
  - : Resine de Thapsia. Littéralement ce terme s'applique à la Ferula Asa foetida L. d'Orient, mais les auteurs maghrébins l'identifient à un autre ombellifère, le Thapsia, qui lui, pousse en Afrique du Nord.

بدري الكيلا بيرده واللين وريميا افضى الي التسيمين .521 مجفف والمبط وي حسابس .522 اما العتبق فهنو حسر يابس وان جعلت في حليب الضان قرنف لا شيب بخوانجان .523 من بعد دق ثمن الأوقيدة من كل واحد على السوية .524 فشريه سريه سرر للانتفاع بقوة الانعاظ والجماع .525 ومثلب زريعية الجرجيس ويزر حسريق (١) بلا تقدير 526. اخلط(٢) بمح بيضه الدجاجة تبلغ من الانعاظ كل حاجة .527 ومثلب عصر من بصل تعقدما بوزنها من عسل 528. اعجن ببذر الفجسل والجرجير وقد رووا من جملة المكتوم في كتبهم أوقية من شوم .530 وخمس بيضات مع الكماون اخلط بملاح طيب مكتاون 531. واطبيخ بوزن اربع الأواقى زيتا كما يروى عن الحداق .532 يؤخيذ دفعية يغير بلس بنب القيوة يعيد الياس 533. ولا يليق يدنوي الصيفراء ماذا ، فانذرهد عظيم الداء .534 والمسين يدفسم ينفع لزومه رخو القضيب يدفسم 535.

# LEXIQUE

V. 523 : Girofle, «clou de girofle»; c'est les fleurs séchées du giroflier Eugenia aromatica H (originaire d'Insulinde), qui servent comme condiment.

: L'absinthe, Artemesia absinthium.

: Galanga, rhisome d'un Zingiberacée l'Alpina officinurum Hance, produit par la Chine du Suž.

<sup>(</sup>B et C) بزر حريق — (A) علك حلتيت (1)

<sup>(2)</sup> Les vers 527 — 528 — 529, manquent dans la copie (A).

<sup>(\*\*\*)</sup> Début du chapitre cremédes pour la puissance sexuelles

- 506. rinces toi-s'en les dents en cas de trouble, cela favorisera ton rétablissement;
- 507. et le lait de chamelle guérit l'hydropisie:
- 508. tous les produits provenant du barratage (du lait), conviennent aux sains et aux malades.
- 509, et tout ce qui est acide considère le comme froid et sec.
- 510. cela ruine la santé en occasionant une forte obstruction, et gâte le sang ainsi que les aliments;
- 511. cela provoque du prurit et donne lieu à des cauchemards.
- 512. Evites, Dieu te guide, de manger du lait caillé, car il est responsable de nombreux méfaits;
- 513. il alourdit et son élimination est lente, il est donc cause de nuisances:
- 514. si quelqu'un se plaint après en avoir mangé, fais le vomir puis donnes lui du sirop de mastic;
- 515. Le beurre, lui, a des propriétés utiles, il est équilibré avec une tendance chaude;
- 516. cependant il est de digestion lente et aggrave l'indigestion des aliments;
- 517. plus il vieillit et devient rance plus il devient chaud.
- 518. Tout ce que j'ai cité à propos du lait caillé comme méfaits et bizarreries.
- 519. est valable pour le colostrum, concernant aussi bien les méfaits que les correctifs.
- 520. Le fromage frais, solide, n'a pas son pareil en bienfaits:

مضمض به الأسنان وقت الحركة تجد من الشسفاء اى بركة .506 ولبين اللقاح في الغسنة ويفسح للصحيح والريض .508 وكل مادق (١) الحموضة احكما بالبيرد والبيس عليه فاعلما .509 ويورث الثقيال من منسام .511 ويورث الثقيال من منسام .511 مثقال عسير الانصدار .513 مثقال عسير الانصدار .513 من بعد قيئة شراب مصطكى .514 مراز .515 من بعد قيئة شراب مصطكى .514 للصرارة .515 للصياب .516 معتال يميال للحاراة .515 للحاراة .516 وكل ما طال وصار سمنا في الضر والاصلاح التا الطلبا .518 وكل ما اللحري المقود من الجبا في الضر والاصلاح التا الطلبا .519 الحق به الذي نسعيه اللبا في نفعيا من ثان .509 المحتود من الجبا المحتود ال

# LEXIQUE

V. 506 مضمض : Faire des gargarismes.

: Ici a le sens de «troubles» de façon générale.

V. 507 القحة \_ لقاح : Chamelle à lait.
 V. 508 المخيض : Le barratage.
 V. 511 الثقيل من المنام : Cauchemards.

V. 512 الرايب : Le lait caillé.
 V. 515 الزيد : Le beurre.

V. 517 سمن : Beurre fondu, signifie aussi beurre rance.

V. 519 اللبا : Le colostrum.
 V. 520 جين ـ أجبان : Fromage.

(1) مادق copies (B) ei (C). مادق , copie (A)

- 491. évites de boire de l'eau après les repas durant une période de une heure et dix minutes.
- 492. ceci pour les bilieux; et prévois un temps double, pour les sanguins;
- 493. et pour les pituiteux, comptes soixante minutes d'attente avant de boire sans risque;
- 494 et pour les atrabilieux, (puisses-tu obtenir le salut), prévois un délai de quarante cinq minutes;
- 495. A propos des laits et de leur action sur le corps.
- 496. Les laits sont d'un tempérament chaud et doux car ils représtent le «sang» d'un organisme;
- 497. médicalement, ils présentent entre eux quelques différences, selon les espèces;
- 498. le lait de vache favorise la croissance, et il est bon d'en boire abondamment,
- 499. cependant, il est d'élimination lente, corriges le donc avec du bon miel;
- 500. quant au lait de brebis, c'est un excellent remède.
- 501. contre les ulcères de poumon et d'intestins, et contre l'hématurie;
- 502. le lait de chèvre est de tempérament équilibré et représenterait un précieux remède.
- 503. contre les ulcères de gorge et de vessie, contre l'étouffement, l'amnésie et les maladies chroniques;
- 504. le lait d'anesse est enccre meilleur par ses vertues curatrices,
- 505, il n'a pas son pareil contre la tuberculose, ne sois donc pas ignorant de son bienfait connu,

V. 501 قروح الديا : Les ulcères du poumon. Allusion au cancer bronchique ... ? A la tuberculose caverneuse ... ?

: Allusion à l'hématurie.

V. 502 معن : Chèvres.
 V. 503 الطق : La gorge.

: L'étouffement, la suffocation.

: L'amnésie.

: Maladie chronique.

V. 504 نان : Anesse.

V. 515 السل : La phtisie, la tuberculose.

بعد الغذاء سياعة مع سدس 491. وضعف هـذا لذوى الدمـاء .492 ستين ، وليشـــرب فما تم حرج .493 خمس واربع ون قل من الدرج 494 وما لها في جسد الانسان .495 لأنها يم من الجثمان .496 بحسب الطباع في الأصناف (١) 497. لكثيرة الغيذاء أخيذه حسين .498 اصلحه بالعسل الختسار .499 للجسم فيه منتهى العـــلاج 500٠ والبول اذ يمسزج بالدماء 201 على نفائس العالج مشتمل .502 يشفى قروح الحلق والمتانة \_ والغيم والنسيان والزمانة .503 من جهمة الدواء للابسدان .504

وعن شراب الماء نفسك احس هذا يقسال لذوى الصفراء والبلغمي السوداء لقيت الفرج ولذوى المسسوداء لقيت الفسرج القول في المشروب من اليسان الحر ثم اللين في الالبـــان لسكنه في المحكم ذو اختسسلاف فالبقرى منه يغصب السدن لاكنيه بطيء الانميدار أما الذي يجلب من نعــاج من قرحمة الرية طالأمعماء وليسن المعسن قالوا معتسدل اقضال من لبان ألاتان ليس له في الســل من نظس لا تغفلن عن فضله الشـهير .505

# LEXIQUE

V. 491 : Un sixième d'une heure, c.a.d. 10 minutes. سدس

V. 492 دوي الدماء : Les sanguins, un des 4 « caractères » ( v. principes de la médecine. A.).

الدرج 7. 493 : La minute. لبن ـ البان 495 . ٧ : Lait.

الاتحدار V. 499 : L'élimination (par les selles).

V. 500 : نعجة ـ النعاج : Brebis.

<sup>(1)</sup> Ce vers manque dans la copie (B).

- 476. l'eau de puits est comparable à cette dernière et même pire, évites donc d'en boire....
- 477. Evites également l'eau stagnante des lacs, si visiblement elle est altérée:
- 478. chaude, salée et épaisse, elle provoque un mal incurable.
- 479. Si tu veux comparer le poids de deux eaux fais l'experience suivante :
- 480. prends deux torchons de même poids et trempes les chacun dans une des eaux.
- 481, retire les et laisse les sécher à l'ombre.
- 482. puis pèses les de nouveau; celui qui remonte correspond à l'eau la plus légère et inversement.
- 483. Les eaux conservées provoquent de nombreuses maladies.
- 484. telles l'hydropisie, les varices, et l'obstruction du foie et de la rate.
- 485. Quant aux eaux qui coulent sur le plomb et le cuivre, elles sont néfastes;
- 486. par contre celles qui coulent sur un terrain contenant du fer ou de l'argent ou de l'or, elles sont utiles.
- 487. contre les tachycardies et la faiblesse du foie, elles conviennent au coeur et lèvent l'obstruction.
- 488. Evites de boire de l'eau en période d'été et en période d'épidémie.
- 489. Bois peu d'eau au moment des repas,
- 490. et n'en bois pas du tout pour accompagner les aliments qui ne sont pas secs.

فصد ما اسـطعت العطاش عنها .476 ان بين التغيير للمشاهد .477 تحدث ضرا ما له من راق .478 من الخفيف فياقض بالدليل 479. واغمس هديت كل خرقة بما .480 حتى يبين لك بيس الكــــل 481. فهو الخفيف والثقيل ما وقع .482 بحدث اسقاما بلا تنساه .483 وسدة الكيد والطحال (٢) .484 يجرى فخف منه ضروب الباس .485 أو فضية أو ذهب حميد 486. والقلب نافيع مزيل السيدد .487 الا زمان الصحيف والحبوباء .488 وخـذ خـلال اكلك (١) اليسيرا منــه ، لا تعتمــد التكثيـرا .489

والبئر مثلها ، وشهر منها وصد من ماء الغدير الراكد والمسخن والملح مع الزعاق وان ترد معرفهة الثقسيل خد خرقتين يستوى وزنهما وارفعهما واطرحهما قي الظل وزنهما أيضا فما قد ارتفع وكل مضزون من المسساه كسداء الاسستسقاء والدوالي وما على الرصاص والنصاس ان الذي ترابية حسسه لخفقان ولضعف الكيسد واحش على الريق شراب الماء وعف عنه غاية العفهاف ما لم ير الطعام ذا جفاف .490

# LEXIQUE

البئر ٧. 476 : Le puits.

V. 477 الغدير : L'étang, le lac.

الزعاق V. 478 : Epais, amer, non potable - se dit d'une eau.

مخزون V. 483 : Stoqué, conservé.

V. 484 داء الدوالي: Les varices. (Dicitonnaire Beaucier).

الرصاص V. 485 : Le plomb. : Le cuivre. التحاس

الحديد 486 V. : Le fer.

الذهب : L'or.

خفقان : Tachycardie. V. 487

: Maladie épidémique, signifie aussi la peste. الوياء V. 488 (Kazimir).

dans copies (B), (C) ( طنعُدُ ) dans copie (A). (1) 415

<sup>(2)</sup> Ce vers manque dans la copie (B).

- 461. Le vinaigre a la propriété d'adoucir, pour cela il nuit aux sujets faibles;
- 462 il ouvre l'appétit et calme la fièvre causée par la bile jaune:
- 463. mélangé à l'huile de rose, il apaise les céphalées qui ne sont pas dues à un refroidissement.
- 464. L'huile est chaude et bénie; elle n'a pas son pareil par son immense bienfait;
- 465. elle donne au corps force et activité et présèrve la santé :
- 466 elle fait grossir, renforce les viscères et donne des couleurs;
- 467. la vieille huile est comparable au baume de la Mecque et sert dans le traitement de tout mal.
- 468. Elle n'a donc pas son pareil en bienfaits, servant en onction, comme moyen d'éclairage et comme aliment;
- 469. cependant, prise en trop grande quantité, elle alourdit; si c'est le cas, bois du vinaigre et son activité est immédiate.
- 470. A propos des eaux de boisson.

  La meilleure est la douce, limpide et excellente :
- 471. En premier vient l'eau de pluie, puis vient l'ea upure des fleuves;
- 472 la première a été adoucie par l'air, la seconde occupe le rang d'un aliment.
- 473. surtout s'il s'agit d'une eau coulant vers l'est argileuse et de couleur rouge et brillante.
- 474. Quant à l'eau de source, surtout si elle jaillit dans un terrain argileux,
- 475. elle contient des vapeurs lourdes qui provoquent des obstructions de fois sévères.

بذا يضر عصب الضعيف 461 والضل فيه قلوة التاطيف مسيكت للهب الصيفراء .462 يفته الشهوة للغدذاء وان مزجت بدهـــن وردى يشفى صداعا لم يكن عن برد .463 والزيت حار لين مبارك في نفعه العظيم لا يشارك 464. يسدى الجسوم قوة النشاط ويحفظ الصحية باحتياط 465. واكليه يسمن الأبدانا ويصلح الأحشاء والألوانا .466 قديمه يماثها البلسانا في برء ما يعسر حيث كانا .467 فما له في نفعه من مثل في دهنه ونوره والماكل .468 لاكتما الاكثيار منه مثقل فاشرب عليه الخل صرفا يسهل .469 القول في المشرب من مياه أفضلها العذب القراح الزاه .470 وخيره ما كان من المطال وبعده الصافي من الأنهار .471 فأول قسد لطفتسه الأهوية والثاني قائم مقام الأغذية .472 لا سيما الجاري لصوب المشرق الأحمر الطين بلون مشرق .473 أما الذي يجسري من العيسون لا سيما أن نبعث في الطين .474 فذاك ذو أبخرة ثقيلة يولى الكبود سددا جليلة .475

# LEXIQUE

V. 463 دهن وردي : Huile de rose.

V. 465. الصحة : La santé.

V. 467 اللسانا : Baume de Judée ou baume de la Mecque. (Kazimirski).

V. 470 الشروب من مياه Les eaux potables.

Pluie. عطر ... أمطار 71. V. 471

: Fleuve نهر \_ انهار

V. 473 : L'Est.

: L'argile.

V. 474 عين \_ عيون : Source (d'eau).

- 446. Le coriandre est froid et sec et présente de nombreux bienfaits;
- 447. il éteint la fièvre, apaise la soif et sort les vapeurs du plus profond des viscères.
- 448. cependant, il abêtit, réduit l'activité sexuelle, et a une action soporifique.
- 449. Le persil (brillant est chaud et sec d'après les connaisseurs,
- 450, il est carminatif, il désobstrue et il vient le ballonement.
- 451. tout ce que j'ai cité au sujet du fenouil comme bienfait et come propriétés curatrices,
- 452, est valable pour les grains de fenouil;
- 453. et apprends que l'anis est un bon dépuratif pour la poitrine,
- 454. qu'il apaise les céphalées ainsi que la toux et qu'il convient aux reins et à la rate;
- 455. il soigne les viscères et apaise la migraine, même en fumigation.
- 456. Le cumin est chaud et sec, et soulage les viscères des gaz accumulés;
- 457. c'est un antidote contre les poisons, un remède contre l'inflamation et un apéritif.
- 458. Le carvi est sec et chaud sans aucun doute;
- 459. il est carminatif et débarasse des gargouillements ainsi que de la putréfaction de cause alimentaire;
- 460. à combien d'indigestions et de .. (indéterminé) .. il a mis fin;

فى أكلها منافع مستكثرة .446 والبرد والبس مزاج الكزبرة وتخرج البخار من عمق الحشــا .447 تطفى اللهيب وتزيمل العطشا مفتــر عن الجمــاع مرقد .448 لحكنها اكحسشرها مبحله والبيس ايمية التصيرير .449 والحسر في العدنوس النضيير ويذهب النفخ اذا مس الجسد 450. ينفى الرياح ويفتح السحدد من المصالح ودفع الباس 451. وكل ما قدمت في البسياس من غير ما زور ولا بهتان .452 احكم به للنافع البسستاني واعلم بأن حبية الحسلاوة تنقى الصدور غياية النقاوة .453 وتنفع الكلية والطحيال .454 تنفى الصداع الصعب والسعال ولو بخورا فاعلم الحقيقــة 455. تبرى الحشا وتنفع الشقيقة والحر ثم اليبس في الكمون يبرى الحشا من ريحه المكنون .456 ينفع من سمم ومن أورام كما يشير شمهوة الطعمام .457 وأحكم على الكروية باليبس والحسر دون مريسة ولبس 458. تنفى رياح البطن والقراقر وكل عفين من غيذاء صيادر .459 كم خلصت من قلس وتخمية وخبين (١) آفاتيه مستعظمة .460

# LEXIQUE

- V. 446 الكزيرة : Lie coriandre (V. 142).
- V. 449 العنوس : Le persil, Apium pétroselium L., on utilise les feuilles fraîches comme condiment.
- V. 452 النافع : Les grains de fenouil.
- V. 453 حبة الحلاوة : Anis, «graine de douceur», (V. syn. p. 21/L6).
- V. 456 الكمون : Le cumin (V. 46).
- V. 458 الكوولة : Le carvi, Carum carvi L., plante cultivée surtout dans la région de Meknès, on utilise le fruit comme condiment.
- V. 460 وغنى : L'écriture de ce mot est illisible dans les trois copies, cependant l'écriture se rapproche du mot qui signifie indigestion .... ،

<sup>(1)</sup> Ce mot manque de clarté dans les 3 copies, V. lexique.

- 431. elle désobstrue le foie et la rate et calme efficacement les coliques.
- 432. Les champignons sont humides et réveillent la douleur,
- 433. ils sont de tempérament froid, comme les truffes, d'après les vérifications de la mesure.
- 434. L'aneth convient au malade;
- 435. par sa chaleur, elle convient au sujet de tempérament froid en cas d'incontinence urinaire et d'hémiplégie grave;
- 436. c'est un remède contre les poisons mortels et les conséquences des maladies chroniques.
- 437. A propos des condiments et leurs vertues médicinales.
- 438. Le poivre est sec et chaud, et contient des remèdes de choix.
- 439. c'est un appéritif et un tonifiant des nerfs.
- 440. Le gingembre a le même tempérament que le précédent et lui est supérieur.
- 441. comme remède pour la mémoire et comme aphrodisiaque; pour cela il est très éstimé.
- 442. Le safran est un excellent dépuratif, c'est un tonifiant du coeur et de l'estomac:
- 443. il débarasse des calculs, améliore les couleurs et convient aux yeux et aux oreilles.
- 444. La cannelle rouge et odorante est utile dans des maladies sévères,
- 445. et combien d'utilité elle a en cas de maladie de Parkinson, d'hémiplégie et d'atteinte hépatique !

يفتيح الكبيد والطميالا ويذهب القولنيج لا محالية .431 مرطب مهيسيج الأوجساع .432 والفطير المعيروف بالفقياع من كمئة ، كما اقتضى القياس 433. البرد طبعه كذا الترفاس غـذاؤه يصلـح للعليـل .434 والشبيت العسروف بالسليلي بحسره ينفسع كل بارد من سلس وفالسج صعب ردى .435 ودفع آفة السقام الطائلة .436 فيه دواء للسموم القاتلة القول في توابل الطعـام وما لها في الطب من احكام .437 اليبس في الفلف ل والصرارة ف اكمله أدوية مختصصارة 438. تقوية الشهوة للطعمام وقدوة لعصب الأجسمام .439 والزنجبيل مثله في طبعه بل فاقله عند ازدياد نفعه 440. في خصلة الحفظ وبعث الباه من أجل ذا قمسى عظيم الجاه 441. والزعفران فيه خيسر تنقيمة للقلب والمسدة فيمه تقوية .442 يشفى الحصا ويصلم الألوانا وينفسع العيسون والآذانا .443 والقرفة الحمراء ذات العطير تشفى العليل من عظيم الضر .444 وكم لها من خصلة في الجسد لرعشة وفالمع وكبسد .445

# LEXIQUE

- V. 432 الفقاع = الفطر Les champignons.
- V. 433 : Les truffes.
- V. 434 السلني = الشبت : Aneth; plante qui se rapproche du fenouil. (Dr L. Leclerc dans «Kashf a r-rumûz»).

# : Le malade.

V. 437 التوايل : Les condiments, les épices.

V. 438 الفلقل : Le poivre (V. 131).

V. 440 الزنجييل : Le gingembre. V. 204.

V. 442 الزعفران : Le safran (V. 75).

V. 444 : La cannelle (V. 80).

- 416. son tempérament est sec et chaud, comme en témoigne son goût amer:
- 417. la variété nommée «al garnîn» est de tempérament chaud et très doux.
- 418. manges en premier lors du repas, si tu crains le mal,
- 419, et le chardon est humide et froid.
- 420. en effet, son goût, d'après le spécialiste, est doux et agréable dans les bonnes proportions.
- 421. Le fenouil est chaud et sec; c'est un remède contre le mal;
- 422. il effrite les calculs, convient à la vue, et met un terme à l'incontinence urinaire.
- 423. La chicorée est froide et sèche sans controverse,
- 424. elle refroidit, désobstrue, et éteint l'inflammation du foie.
- 425. La corète est froide et relâche,
- 426. elle est adoucissante et augmente la bile noire, n'en prenez donc, si possible, jamais;
- 427. cependant, elle étanche la soif brûlante et pour cela, elle plaît aux habitants d'Abyssinie;
- 428. la mauve lui est comparable au point de vue tempérament.
- 429. La bette est de tempérament chaud et sec et confère un tempérament sec à ceux qui en sont friands;
- 430. assaisonée à l'huile, au vinaigre et aux graines de moutarde, elle constitue un remède parfait:

وقولنسسا شمساهده المرارة .416 الحسر فيسه ويسير اللين 417. ان كنت تخشى صدمات الداء .418 كــذا البرودة لــه منسوبة .419 عذب تفيه بالقياس الصادق 420. فيه الشفاء من ضروب الباس .421 ويحبس البول اذ البول قطر .422 للبحدرد والبيس بلا خالف .423 يطفى نارا اقسدت في السكيد 424 والباميا المعروفة باللوخية في غرينا بازدة مرخية .425 لينهة قد ما تهيج السودا الا تقربنها ما استطعت أبدا .426 لاكنهــا تطفى لهبب المعطش من أجل ذا تعجب أهل الحبش 427. وقس عليها بقلة الخيازا حقيقة في الطبع لا مجازا .428 والسلق فيم الحر واليبوسة يطلق يبس الطبسع بالموسة .429 بالزيب والخال وبذر الخاريل دبره تظفر بالدواء الأكسل 430.

مزاجها اليبس مع الصرارة ومنه ما يعسرف بالكرنين قدمه ان يكن مع الغداء واحكم على الزرنيخ بالرطوبة اذ طمعيه لدى المحكيم السندالق والحر ثم اليبس في البسباس يفتت الحصا وينفع البصر والهند بالعيروف بالتفاف ميسرد مفتحح للسسحد

# LEXIQUE

- الكرنين V. 417 : «Al Garnîn» espèce de cardon sauvage.
- الزرنيخ V. 419 : Le chardon.
- V. 421 البسياس : Le fenouil, foeniculum vulgare L. .
- اليصر V. 422 : La vue.

: Allusion à l'incontinence urinaire.

- V. 423 : التفاف = الهندما V. 231
- : La corète, Corchorus olitorius L. . الملوخية = الياميا V. 425
- يقلة الخباز ٧. 428 : La mauve, les éspèces les plus répandues sont Malva rotundifolia L., M. hispanica L., M. sylvestris L. .
- : La bette (ou poirée) Beta cicla L. . السلق 7. 429

- 401. Et la variété jaune «al muzaybal» («aux nombreuses pelures») de printemps, est la moins chaude de toutes;
- ainsi, la première variété atteint le quatrième degré (de chaud), profites de ces renseignements,
- 403. et la seconde (variété) est du troisième degré; la troisième (variété) est de degré inférieur à la précédente;
- 404. pour les personnes âgés et les pituiteux, il (l'oignon) représente un remède,
- 405. il guérit de la toux ainsi que des ulcères d'estomac, inhibe les poisons,
- 406. est très efficace contre les calculs rénaux et l'alopécie et convient à la rate.
- 407. A propos des légumes sauvages.
- 408. Le cardon ( ainsi que toutes ses variétés ), est d'une utilité évidente ;
- 409. son tempérament est chaud et subtile, manges'en donc sans crainte;
- 410. il élimine les humeurs et les gaz altérés et il est de al meilleure utilité pour l'évacuation des déchets,
- 411. il chasse l'odeur nauséabonde des aisselles, purifie le corps, et élimine mauvaises humeurs et putréfaction;
- 412. quant à la variété «afazzân», elle est extrêmement sèche; et de toute évidence, elle déssèche les corps.
- 413. c'est pourquoi elle donne naissance à la bile noire et représente un remède pour les pituiteux;
- 414. sa correction est le sirop de vinaigre, ajoutes'en donc et laisses de côté les controverses;
- 415. il y a la variété nommée «tafghan» qui tanne les estomacs faibles,

والأصيغر المربيلي الربيعي اقسل تسخينا من الجميع 401. فأول يبلغ حد الرابعـــط من درج أفضد علوما نافعـة .402 وثالث في الطبع دون الثانية .403 والثاني في الثالثة الموالية والمشمايخ وأهمل البلغم فيه الشفاء من ضروب السقم .404 ييطل صولة السموم المسدة .405 يبرى السعال مع قروح المعدة وللطحال فيه خيسر أرب .406 ولحصما الكملا وداء الثعلب حسيما يختال من مقدول 407. القول في البري من البقول الخرشف الغص على أنواعه يفضى لنفسع بين فراعسه 408. مع الطعام خذه لا مخافة .409 في طبعه الحر من اللطافة يضرج اخلاطا وريصا فاسدة وفيه للأدران خسير فسائدة .410 ويذهب الخلط الردى والعفن 411. ينفى الصنان ويطيب البيدن ويجفف الأبــدان دون ليس 412. وافسزان مفسرط في السس وقــد يـرى للبلغمى دواء .413 من أجل ذاك يحدث السوداء اصلاحه السكنجيير السكري فاحفل به ، ودع جدال المترى 414 ومنه ما نعرف بتافغه وهي لمدة الضعيف دابغة 415.

# LEXIQUE

- V. 405 قروح المعدة : Les ulcères d'estomac.
- V. 406 حصا الكلا : Les calculs rénaux.
   نام الثقلب : L'alopécie (chute de cheveux).
- V. 447 : Les légumes sauvages (des champs).
- V. 448 : الخرشوف V. 74.
- V. 450 الإدران : Les déchets.
- V. 451 : L'odeur nauséabonde des aisselles.
- V. 452 افزان : «Afazzân», Espèce de cardon sauvage, Cynara scolvmus.
- V. 465 4441 : «Tâfgha», Espèce de cardon sauvage; probab-

lement le Cynara acaulos. (Dr L. Leclerc dans «Khashf a r-rumfiz»).

- 386. leur tempérament est chaud et sec et ils guérissent les extinctions de voix.
- 387. La laitue est d'un tempérament humide et froid, et convient au traitement du fièvreux:
- 388. elle «diminue» le sperme, à l'opposé des carottes, et ses graines contiennent du froid.
- 389. Les carottes sont toutes de tempérament doux, en effet, elles sont aphrodisiaques.
- 390. Et ne te fies jamais aux aubergines, il n'ya pas de plus grand «malfaiteur» que celui qui en abuse;
- 391. elles sont aphrodisiaques de par leur tempérament sec et chaud, essayes donc de t'en abstenir;
- 392. (pour les préparer), coupes les et pèles les, puis mets les dans de l'eau et du sel....
- 393. et chaque fois que leur eau noircit, renouvèles la, puisse le mal t'épargner;
- 394. prépares les avec beaucoup de gras telle que l'huile et le beurre rance:
- 395. la variété noire, aux graines peu nombreuses, est la meilleure, vient ensuite la variété à la peau fine;
- 396. la variété claire et grosse ainsi que la rouge, sont les pires; enfin vient la variété énorme de couleur jaune.
- 397. Les oignons sont chauds et secs et leur «force» est reconnue de tous;
- 398. ils rougissent le visage et favorisent la production de sperme; leur suc est utile contre les maladies occulaires;
- 399. la variété rouge d'été est la plus chaude et nuit aux sujets maigres,
- 400. la variété blanche d'été à la grosse taille est moins chaude, d'après les hommes de sciences,

يطلق أصواتا غدت محبوسة .386 مزاجمه للحسر واليبوسسة يصلح للمحسرور في عالج 387 والخس رطب بارد السزاج والبرز منه بالبرودة حسر 388. وينقص المنى عكس الجــــزر واللين في الجزر بالاجماع اذ هو معوان على الجماع .389 لا تركنن يومسا لباننجسان ما مشل من يكشره من جان .390 فصيد عنيية نفسيك الامارة .391 يردى الحجا باليبس والحرارة ماء وملح كى باصلاح تفى 392. قطعه وانزع قشره واجعله في جدد له الماء عداك الداء 393. وكلما اسود عليه المساء واستعملنه بكثير الدهين في طبخيه كالزيت أو كالسمن 394. والأسمود اللون قليل البزر احسنه ثم الرقيق القشمر 395. والأشهب الغليظ ثم الأحمسر اخبث ، ثم العظيم الأصفر .396 والحسر في البصل واليبوسة قوشه مشسهورة محسوسة .397 يحمسر الوجه ويدفع المنى وماؤه يبرى سسقام الأعين .398 والأحمر الصبيفي اشب حرا فطالما أولى النحيف ضبرا .399 والأبيض الصيفى الغليظ الجرم اقل حرا ، قال اهل العلم 400.

# LEXIQUE

V. 387 الخس : La laitue, la salade.
 V. 388 الجزر : Les carottes.

V. 389 البانتمان : Les aubergines (v. synonyme V. 137).

V. 397 اليصل : L'oignon.

V. 398 سقام الأعين : Les maladies occulaires.

- 371. sa peau et ses graines sont de tempérament sec quant à sa chaire, elle, est humide;
- 372. son odeur met la joie au coeur et dissipe chagrins et soucis ;
- 373. de par son goûtacide, il est semblable aux «al-lim», en tempérament et en bienfaits.
- 374 375 Apropos des légumes verts des jardins.
- 376. Les navets sont de tempérament sec et chaud et embellissent le corps;
- 377. les meilleurs sont, d'après le médecin, ceux de la variété sbaladîs: ils guérissent des calculs et désobstruent;
- 378. ils jouissent d'une couleur blanc-rosée et de feuilles vertes comme l'émeraude:
- 379, puis vient la variété «al mashkûr», puis la variété «al mahfûr»;
- 380. ces deux dernières sont des aliments lourds et provoquent un mal sévère.
- 381. Les radis sont digestifs, carminatifs, et débarassent le sujet sain des poisons;
- 382. bienqu'aidant à la digestion des autres aliments, leur propre digestion est lente;
- 383. prends les à la fin du repas comme un remède contre la jaunisse et l'obstruction.
- 384. Il ya contre les choux, une mise en garde pressante, et certains disent qu'ils ne font aucun bien;
- 385. cependant, leur préparation en salade au vinaigre de vin convient à la rate;

فى قشره وبزره اليبوسية واللحم ذو رطوبة محسوسة .371 وشمه يولي الفؤاد فرحا يزيل عنه نكدا وترحا 372. في طبعه ونفعه العميم .373 كما اقتضته حكمة العقول .374 كلامنا منها على البستاني وما به عمارة الفدان 375. اليبس في اللفت مع الحرارة يعطى الجسوم الحسن والنضارة .376 وخيره عند الحكيم البلدى يشفى الحصا مفتح للسدد 377. يزهو بلون أبيض مورد في ورق خضر كما الزبرجد .378 وبعده في الرتبة المسكور وبعدها هدا الأحرش المحفور .379 يفضى لضر خطبيه جليل 380 ويطرد السمم على الصحيح م881 فهضـــــمه لغـــيره كثير وهضــمه لنفســه عســير .382 للسيرقان ولفتح السسسدد 383. وفي الكرنب حميات مسرعة بل قال قوم: ليس فيه منفعضضة .384 لكن أخذه بخل خمر تيا ملمية الطحر يبرى 385.

حماضيه الداخيل مثيل الليم القبول في الخضيير والتقييول كلاهما غاذاؤه ثقيال والفجل هاضم مزيل الريح خذه دواء فوق أكل ترشـــــــــ

## LEXIQUE

... Les légumes verts ... الخضر والبقول 374

: Des jardins.

V. 376 اللفت : Les navets...

البلدى V. 377 : ... «du pays», variété locale de navet, c'est l'éspèce cultivée = «al baladî».

الزيرجد 70.378 : Signifie le topaze (pierre précieuse de couleur jaune); mais signifie aussi la chrysolite et l'émeraude (qui sont, elles, des pierres de couleur verte, comme les feuilles).

المشكور : «Al Mashkûr,» («la prisée»), variété locale V. 379 de navet.

: «Al Mahfûr» (le navet «qui s'enfonce en terre»), c'est une éspèce sauvage de navet.

: Les radis V. 381

V. 384 : Le choux.

حُل جُمر V. 385 : Le vinaigre de vin.

- 356. ils fortifient, d'après les connaisseurs, un estomac affaibli par un éxcés de chaleur.
- 357. ils sont très utiles en cas de constipation tenace, d'ulcère des; intestins et de menorrhagie.
- 358. L'azerole est de tempérament froid et sec, pour cette raison, elle convient aux fiévreux:
- 359, elle est antidiarrheïque et guérit de l'incontinence urinaire.
- 360. A propos des fruits d'hiver. Leurs méfaits et leurs avantages.
- 361. Les olives vertes non mûres, sont un remède pour les viscères grâce à leur tempérament froid et protecteur;
- 362. Les olives noires, mûres, sont d'un tempérament chaud, la preuve en est donnée par leur goût amer:
- 363. les (olives) confites sont excellentes et à ne pas négliger,
- 364. elles ouvrent l'appétit car elles sont de digestion rapide.
- 365. les citrons «al-lim» et les oranges amères servent au froid et contiennent des remèdes appréciables;
- 366. les sucrés parmi eux rétablissent l'équilibre ( des tempéraments), et tous sont des remèdes:
- 367. ils étanchent la soif ardente, et on en frotte les tâches cutanées ....
- 368. La peau des oranges amères apaise la douleur des entrailles et combien d'évanouissements elle a vaincu!
- 369. elle élimine la pituite et traite l'indigestion ainsi que les rhumes de cerveau dus au froid.
- 370. La force du cédrat provient des différents éléments qui y sont contenus:

V. 365 الثاريخ : L'Orange amère bigarde, fruit du bigaradier ou Citrus vulgaris Risso..

: V. 95 «Al-lîm».

V. 367 كلف : Tâches hyperpigmentées (ex = cloasma, tâches de rousseur ...). نيش : Bigarré, bariolé ; anomalie de la pigmentation cutanée.

V. 369 نزلات الراس : Les fluxions de tête ou rhume de cerveau

V. 370 الاقرح : Le cédrat, fruit du cédratier, Citrus médica Risso..

# LEXIQUE

V. 357 قرطة : Ulcère.

: Les intestins.

نزف الحيض : Hemorragies de la menstruation = règles abondantes (ménorrhagies).

 V. 358 الزعرون : L'Azérole, fruit de l'azérolier, Crataegus Azarollus L.

V. 359 فواكه الشناء Les fruits d'hiver.

V. 361 الزيتون : Les olives.
 V. 362 المرابة : Le goût amer.

- 341. elles ne convienment pas bilieux dont elles transforment rapidement le sang en bile noire;
- 342. corriges les avec du sirop de vinaigre, tu préviendras ainsi le mal.
- 343. A propos des fruits «apéritifs» (sauvages).
- 344. L'arbouse neutralise les poisons;
- 345. elle est de tempérament froid et sec et donne beaucoup de gaz;
- 346. ses feuilles guérissent les inflammations ainsi que les douleurs,
- 347. sa résine déjoue la magie et soigne des hemorroïdes.
- 348. Le fruit du palmier nain (al ghäz») a une tendance froide, cependant il présente des qualités appréciables;
- 349. il fortifie les gencives, tanne l'estomac et a une action antidiarrheïque:
- 350. pris avant le repas, il est astringent, et guérit même, parfois, de l'incontinence urinaire;
- 351. il en est de même pour les dattes jeunes («balah») au point de vue tempérament et bienfaits.
- 352. Les glands sont froids et secs d'après les livres de médecine;
- 353. ils sont efficaces contre les hématémèses, les hemorragies, l'incontinence urinaire, ils sont astringents et mettent fin aux expectorations.
- 354. Les jujubes (sauvages) sont d'un tempérament froid et sec, de combien de bien-être ils sont responsables et combien de maux ils préviennent!
- 355. En tisane, ils arrêtent la diarrhée et stabilisent le «caractère»;

V. 352 البلوط : Les glands, (fruits du chêne).

V. 353 🔉 : Vomissement, hématemèse.

: Hemorragie.

: Incontinence urinaire.

: Expectoration, vomissement.

V. 354 : Jujube, fruit du jujubier sauvage, Zyziphus

Napéca Lam.

ولا يليق بذوى المسفراء ودمسه يسسرع بالسوداء ما 341 من بعده تأمن ضروب الضرر .342 كلامنا فيه على البرية .343 اما الجنا التي تسمى ساسنو فللسلموم دافع مستحسن 344 وطبعه للبرد والبيوسة يحدث ريصا جمة مصوسة 345. ورقه يحلم الأوراما ويذهب الأوجماع والآلاما .346 وصمغيه يبطيل فعيل السيحر يشيقي من الباسيور كل ضر .347 لكنه فيه خصلة محمودة .348 شد اللثاث مع دبغ المعدة وفيه للاستهال أي فأستدة .349 قسل الغذاء بمسك الاستهالا وريما قيد المسك الأسوالا .350 ومثال هذا بلاح النخيال في طبعه ونفعه الجليال 351، والبرد في البلوط واليبس كما قرر في مصنفات الحكما .352 ينفع من نقث ونزف وسلس ويعقل البطن ويمنع القاس 353. والبيرد واليبس ميزاج النبيق كم راحية يسدى وكم ضيريقي .354 سبويقة بيرى من الاسهال ويجذب الطبعة للاعتقال 355.

اصلحه بالسكنجيين السكر القول في الفواكية الشيهية الغاز مائسل الى البسرودة

# LEXIQUE

V. 343 فواكه الشهية : Les fruits «apéritifs».... : .... Sauvages (des champs).

: Arbouse, fruit de l'abrousier, Arbutus Unédo L., ساسئو V.344

السمر V. 347 : La magie. Hemorroides.

V. 348 الغاز : «Al Ghâz», fruit du palmier nain, Chamaerops humilis.

: Les gencives. الل**تا**ث v. 349

«Balah», nom donné aux dattes jeunes. V. 351 -4

- 326. elles provoquent des maladies comme la fièvre putride, immédiatement ou après quelque temps;
- 327. et, bien qu'elles permettent de refroidir les bilieux, elles causent les pires des maux;
- 328. pour les corriger, prends, après leur ingestion, du miel et du mastic, cela préviendra le mal.
- 329. Les amandes sont d'un tempérament chaud et doux et leur bienfait immense a été constaté par tous;
- 330. elles guérissent la toux, fortifient les reins, et préservent la santé;
- 331. les amandes épluchées et écrasées (le lait d'amandes) sont éfficaces contre tout mal localisé aux viscères;
- 332. et ce que j'ai noté à propos des amnades, comme tempérament et comme bienfait est aussi valable pour les noix.
- 333. Les jujubes (cultivés) sont d'un tempérament équilibré et sont très bénéfiques contre la toux,
- 334. ils soignent les maladies rénales et hépatiques ainsi que l'ébullition du sang due à une chumeur» dépravée.
- 335. Le caroube est de tempérament chaud et sec; sa digestion est difficile;
- 336. il donne lieu, s'il est digéré, à une humeur bénéfique est c'est un astringent en cas de diarrhée.
- 337. Les dattes ont une tendance chaude et représentent un aliment très riche:
- 338. c'est un remède de la poitrine contre la toux, ainsi que de la paralysie faciale et de l'hémiplégie mortelle;
- 339. elles nettoyent les viscères des déchets de la pituite et font abonder le sang dans l'organisme;
- 340. cependant, elles nuisent aux dents et provoquent du prurit;

في الحين أو بعيد مضى زمين .326 مبسردا يحسدت شسسر داء .327 اصلحه بعسد اكليه بعسيل ومصطكى لدفيع داء معضيل .328 واللوز حر لين في طبعه قد جسرب القوم عظيم نفعه 329. يبرى السعال ويسمن الكلا ويحفظ القسوة عند من بلى .330 من كل داء في الحشا مستجلب .331 طبعا ويفعا مثله في الجيوز .332 وهو عظيم النفع للسمال .333 يذهب امراض الكلي والكيد وغليان الدم بالخلط الردي .334 والحسر ثم اليبس في الضروب وهو عسير الهضم ذو خطوب 335. يصير خلطا جيدا اذا انهضم ويعقل البطن اذا حل السقم 336. والتمسر ماثل الى المسرارة يغسنوا غذاء بين الغسرارة .337 فيه شهفاء الصدر والسعال ولقوة وفالسج قتسسال 338. ينقى الحشا من فضلات البلغم ويمنح الأجساد افراط الدم .339 لكنب بضر بالاستنان وبكثر الكحية في الاسدان .340

يحسدث أمراضسا كحمى العفن فهو وان كان لذى الصفراء والنفع في المقشور والمستحلب وكسل ما قدمتسه في اللسوز واحكسم على العنساب باعتسدال

# LEXIQUE

- V. 326 حمى العفن La fièvre pudride.
- V. 329 اللوز : V. 256
- V. 332 الجوز V. 55
- V. 333 العناب : Jujubes, fruits du jujubier cultivé = Rhamnus Zizyohus L, appelation vulgaire «Az-Zafzûf».
- V. 334 الخلط : l'Humeur (dans le sens des tempéraments, V. principes M.A.).
- : Le caroube, fruit du caroubier, Ceratonia sili-V. 335 الخروب qua L.
- التمر V. 337 : Les dattes.
- السنان V. 240 : Les dents.
  - : Les démangeaisons, le prurit.

- 311. c'est pour cela qu'elles enflent les ventres, humidifient et adoucissent;
- 312. elles adoucissent les poitrines avec mesure, et leur sirop est efficace contre la toux.
- 313. corriges leurs inconvients en ajoutant, soit de la poudre de thym pour le sujet de «caractère» froid,
- 314. soit des grains de gingembre pour celui dont le «caractère» est de toute évidence chaud.
- 315. Quand aux coings, ils sont reconnus comme étant de tempérament froid et sec:
- 316. pris avant le repas, ils sont astringents, et pris après ils sont adoucissants;
- 317. ils apportent un renforcement appréciable à l'estomac fragile, grâce à leur effet de tannage;
- 318. et si quelqu'un, en ayant trop mangé.
- 319. passe la nuit sujet à des douleurs internes et à l'indigestion, fait le vomir, tu le guériras.
- 320. Les grenades, aussi bien les (variétés) sucrées que les acides, sont d'un tempérament froid,
- 321. cependant les acides sont sèches et les sucrées sont humides;
- 322. toutes les deux (variétés) éliminent l'éxcés de chaleur du corps; les sucrés sont digestives, dissipent la tristesse;
- 323. et provoquent la soif comme il est connu de tous .. étrange qu'un aliment froid puisse donner soif !
- 324. Que celui qui a une diarrhée, les mange avec leurs peaux pour se soigner.
- 325. Quant aux pêches elles ne font aucun bien, déconseilles les donc à ceux qui les apprécient;

ويحسدث الترطيب واتليينسا .311 من أجــل هذا ينفــخ البطـون وربسه يصلسح للسسسعال .312 يليين المسسر بالاعتسدال للبارد الطبع تفسز بالوطر .313 اصلح اذاه باستفاف الزعتس لمن على مزاجمه المسريبين .314 والبيزوري من السيكنجبين ويبسبه لدى المنزاج المعتبسر .315 أما السنفرجل فسرده اشستهر قبال الطعام يحبس البطون وبعده يفيده تليينا 316. بديغـــة تقوية لطيفـــة .317 يحدث في العسدة الضعيفة في اكليه جيدا بلا قياس .318 وربما أسرف بعض الناس مــره یقی کی بزیــل ســـقمه 319. فيات حلف مغص أو تخمية كلاهما في الطبعع باردان 320. والحليق والحامض من رميان والطبو ذو رطوية محسوسية .321 لكنميها الحامض لليبوسية كلاهما يذهب حر البدن والطبو هاضم مزيل الحرن 322. معظش وذاعن الجل فشما فاعجب لبارد يهيم العطشا .323 بتفلـــه ليعـرض اعتقـــال .324 ليبتلعب من به اسبهال والخسوخ لا يعقبه سالمة فكن لمن يهواه ذا ملامة 325.

# LEXIQUE

Ventre. بطن ـ بطون Ventre.

V. 313 استفاف : (Médicament) en poudre.

V. 314 السكنجيين : Il ya parfois une confusion avec
 il s'agit ici du gingembre car l'auteur parle de «grains».

V. 317 : Tanner.

V. 319 مغمر : Douleur des entrailles.

: Indigestion.

: du verbe vomir.

V. 320 الرمان : Les grenades
V. 324 السهال : Diarrhée.

V. 325 : Les pêches.

- 296. et tous ceux (les raisins) qui ont un goût acide ont une tendance froide, comme c'est le cas pour le verjus;
- 297. leur action est donc identique à celle du jus de citron («allîm») d'après ce qu'en a dit un grand médecin;
- 298. et plus ils sont à proximité de la terre, leurs ceps chargés des fruits pendants,
- 299. plus ils sont lourds car altérés par la terre, comme il se revèle à leur ingestion;
- 300. et plus ils sont hauts sur leurs branches ou grimpent sur des grands arbres tels que les chênes,
- 301. plus ils sont légers, non atteints par la terre et améliorés par les vents;
- 302. et tous ceux qui restent jusqu'au mois de janvier sur la vigne, ne présentent aucun avantage.
- 303. ils boivent une eau nouvelle, méfies toi donc, puisses-tu être guidé, de leur poison violent,
- 304. Leur eau nouvelle se mèle à l'eau de l'an passé et ils (les raisins) sont alors comparables au nourrisson allaité par une mère enceinte.
- 305. Les raisins secs sont d'un tempérament chaud et ( rendent ) mou; ils sont exempts de putréfaction;
- 306. la variété rouge fait grossir, mais la variété noire est plus chaude.
- 307. Quant aux figues, il en existe une variété blanche teintées de rouge, une noire et une verte:
- 308. et pour toutes ces variétés, elles font moins de mal quand elles sont épluchées;
- 309. elles adoucissent le «caractère», aident à grossir et sont bénéfiques pour la puissance sexuelle;
- 310. toutes sont d'un tempérament chaud et humide et donnent des gaz;

مال الى بدودة كالحصيرم .296 كما أتى عن ماهر حكيم 297 وكان في زرجونه داني الجنا .298 وثقلب مشساهد في الأغلبية .299 أو طاسل الأشسيجار كالكبريش .300 فهــو خفيف لم تصبحه ارضيه ملطــف مــروق بالأهــوية 301. وكل ما يبقى الى دجنيــر في كرمه فهو من النفع برى .302 فاحيثر هديت مسيمه الشيديدا .303 جسديده بمساء عسام اول يمسزج فهسو كرضيع مفيسل 304. مزاجه خهال من العفونة 305. لكنما الاسود منه اسخن 306 والتبين منه أبيض معصفر ومنه مسود ومنه أخضر 307. وكل مقشمور من الأصمناف اقسل اضمرارا بلا خسلاف 308. ياسين الطبيع ويورث السمن في قوة الجماع فعليه حسن .309 وكلسم للحمسر والرطوبة والسريح قد ما تقترى ضمروبه .310

وكل ذي حموضية في الطعيم ففعلمه فعمل شمراب الليمم وكسل ما من التسراب قسد دنسا فهبو تتسبل كبرته الأرضية وكسل ما يعلسو على العبريش يشرب ماء صاعدا جديدا وفي الزبيب المسر واللسدونة أحمسسره التسمين فيسه بين

# LEXIQUE

V. 298 الزرجون: Les ceps de vigne.

الكريش 7. 300 ك : Le chêne.

الرضع ٧٠ 304 : Le nourisson ....

: ... allaité au lait de sa mère alors que celle-ci

est de nouveau enceinte.

V. 309 قوة الجماع : La «force» sexuelle.

- 281, elle refroidit et adoucit car son tempérament est humide:
- 282. il en est de même pour la variété «ar-rûmî» qui a le même tempérament ;
- 283. quant à la variété ronde, blanche et grande, plus que toutes les autres, elles est très douce,
- 284. on l'appelle communément la citrouille et elle suprime les crises de la bile jaune;
- 285. chez nous, elle est connue sous le nom de «al bazzâm» 'entre autres appellations.
- 258. Le «as-sabîtî» est très lourd, n'en abuse donc pas:
- 287. il engendre de la pituite mauvaise et visqueuse, quel bien peuton donc en éspérer ?
- 288. Il est plus connu sous le nom de «al bsibsi»; n'en manges donc pas trop par mesure de prudence.
- 289. A propos des fruits d'automne.
  Je les ai réunis dans un agréable poème.
- 290. Toutes les variétés de raisin sont de tempérament humide et sont bons à manger;
- 291. plus il (le raisin) est blanc et plus sa peau est fine, de meilleure qualité il est,
- 292. et plus il est noir plus il est chaud; n'aie donc crainte, tu n'enexpérimenteras aucun mal;
- 293. le rouge a un tempérament équilibré, et contient les plus précieux bienfaits:
- 294. la peau et les pépins donnent des gaz nuisibles pour le corps,
- 295. et les deux sont indigestes et occasionent des gargouillements gênants;

اذا المرزاج منه رطب بيمن ،281 بقرب من مزاجسه المعلسوم .282 فوق الجميع لينه كثير 283. يعسرف في الحسديث بالدياء وهو مزيل صسولة الصسفراء 284 وعندا يعسرف بالبرزام من جملة الألقاب والتسامي .285 فلا تجاوز في غيداه حيدا .286 فاى نفىم من قسواه يرتجى .287 ففر من تكثيره واحترس ,288 القسول في فواكسه الخبريف جمعتهسا في رجسز لطيف 289. فكهل صنف من صنوف العنب رطب المراج نو غداء طيب 290. وكــل ما ابيض ورق قشــره ينقص شـرا أو يزيد خيـره 291. وكمل ما اسمود يزيد حميرا فلا تخف ما عشمت منه ضرا .292 والأحمر اللون مزاجه اعتمل على نفايس المنافسع اشمستمل .293 والقشير والعجيم يولدان ريصا تثير السقم في الأبدان 294 كلاهميا بغلب فعيل الهاضمة ويحدث القراقر اللازمية 295.

لأنيب مسيد مليبين كيذا الذي نعرفيه بالرومي والسيتدير الأبيض الكبيسير ان السبيتي ثقيـــل جـــدا بحسيث بلغمسا خبيثسا لزجيا بعرقب الأكثبير بالسيسي

# LEXIQUE

: Variété de courge = «Ar-Rûmî. V. 282

V. 284 : Le potiron, la citrouille = Cucurbita Lagenaria Dubba.

> : Attaque violente, soudaine = crise. صولة

V. 286 السبيتي : Indéterminé; probablement une variété de courge.

قواكه الخريف V. 289 : Les fruits d'automne.

مىنف V. 290 : Variété, espèce.

: Le raisin.

القشر V. 294 : Les peaux.

Les pépins

القراقر V. 295 : Les gargouillements abdominaux.

- 266. A propos des fruits du potager.
- 267. Les concombres sont froids et doux, cependant ils provoquent la production de bile;
- 268. ils étanchent la soif intense et refroidissent l'ébulition du sang:
- 269. de l'avis général, manges les avec leur peau, ce qui permet une élimination rapide avant qu'ils ne nuisent;
- 270. ajoutes (ô frère), à leur jus, puisses tu être guidé, son poids de sucre.
- 271. et bois-en, cela purge des déchets de la bile jaune et de la bile noire.
- 272. Et tout ce que j'ai dit à propos des concombres, comme aventages et comme méfaits,
- 273. est valable pour le concombre serpentin, (puisses-tu continuer à guérir des maux rebels);
- 274. corriges les, pour les bilieux avec du sirop de vinaigre, et pour les pituiteux avec des conserves de rose.
- 275. Les melons sont froids et (rendent) mous et sont donc cause de putréfaction;
- 276. ils adoucissent le «caractère», permettent l'élimination des calculs, et combien de personnes en rétention d'urine ils ont guéri;
- 277. il est bon d'en manger entre deux repas. Comme ces derniers, les pastèques sont humides,
- 278. prends-en avant le repas et après, tu n'auras alors aucun mal;
- 279. corriges les avec du sirop de vinaigre (sus-cité), et n'en méconnaîs pas l'avantage.
- 280. La courge nommée «as-salâwî» convient comme nourriture et comme remède:

: La mollesse, relatif au tempérament (V. principes

de la M.A.).

V. 276 : Les calculs. اللحصا : Rétention urinaire.

V. 277 الدلاع : Les pastèques.

V. 280 : Courge = Cucurbita.

.v. 75 ناسلاوي

القول في ما تثمسر البحيسرة فذكس منسه جملسة يسميرة .266 البرد ثم اللسين في الخيسار لا نكسه يغضى الى المسرار .267 يطفى لهيب العطش الشمسديد وغليمسان السدم بالتبريسد .268 والرأى أن تأكلب بقسسره يضرج بالاسسراع قبل ضره .269 منه ، هديت وزنه من سيكر . 270 واشريه تسبهل عفن الصفراء بسيرعة وعفين السيبوداء 271. وكل ما ذكرت في الخيسسار من نفسع اكلب ومن اغسرار .272 احكم به في الطب للقشياء لا زلت تبسري معضيلات الداء .273 اصلح لذى الصفراء بالسكنجيين واسذوى البلغيم بالجلنجيين 274 والبسرد في البطيسخ واللدونة من اجسسل ذا تعقبسه عفونة .275 يلين الطبع ويخرج الجمسا كم مشتك من اسر بول خلمسا .276 بين طعامين يليق اكلب كذلك الدلاع رطب مثلب ع خذه فدتك النفس من قبل الطعام وبعده فما عليك من مالم .278 اصلاحه وما ذكرت قبله سيكنجبين لا تواري فعله 279. والقسرع المسروف بالسلاوي يصملح للفهذاء والتهداوي 280.

أضبف آخي لمائسية المعتصيب

# LEXIQUE

V. 266. ما تتمر البحيرة : Les fruits du potager (cucurbitacées).

: Les concombres : Cucumis satives. الخيار V. 267

V. 268 مليان الدم : Les sang en ébullition.

V. 271 نسهل : a le sens de purgation.

القثاء V. 272 : Variété de concombre longue et flexueuse = «concombre serpentin», Cucumis flexuosus L., appelé vulgairement «Al-Faggûs».

V. 274 السكنجيين: Le sirop de vinaigre ou oxymel (vinaigre et miel).

: Le melon, Cucumis melo L. النطنخ 7. 275

- 251. viens ensuite la «bâlûtî à la couleur noire; sois conscient de ses avantages;
- 252. par contre, les autres variétés provoquent la production de bile, constatée à plusieurs reprises.
- 253. Quant au fruit nommé «al bâkûr» (figues précoces), il a un tempérament non recommandable,
- 254. en effet, durant l'hiver, il est figé sur sa branche comme un foetus qui «dort»,
- 255. jusqu'à ressentir de nouveau la chaleur; mefies toi, son poison caché n'a pas son pareil;
- 256. son antidote en est les amandes et l'anis, qui le corrigent au mieux.
- 257. Le tempérament de la poire est froid et sec, elle a un très bon goût et une merveilleuse odeur,
- 258. cependant la variété «bânuj» est de tempérament humide et sa chaire recèle un jus merveilleux,
- 259. On aurait dit qu'elle a été trempée dans du sucre et de l'eau de rose à l'odeur d'ambre,
- 260. elle renforce l'estomac et rafraîchit beaucoup la «brûlure» des coeurs.
- 261. Les pommes acides sont de maladies et sont à éviter,
- 262. il en est de même pour les (pommes) vertes, lourdes et constipantes; les pommes acides sont de tempérament sec et froid;
- 263. Les pommes mûres, elles, tendent vers l'équilibre, mais ne sont pas expemptes de chaud;
- 264. le sage (médecin) classe en premier la variété «sarîjî», salutaire pour celui qui en mange,
- 265. dont l'odeur renferce le coeur et le sirop réjouit.

V. 256 : Les amandes (fruit de l'amandier).

: Anis, Pimpinella anisum L., on utilise son fruit qui est en forme de graine = grains d'Anis.

V. 257 : La poire.

V. 258 البانج : Variété de poire; «al bânuj».

V. 259 الفني: L'ambre, qui est produit par l'intestin du cachalot; il est recueilli sur les rivages marins, notamment au Maroc.

V. 261 : Les pommes.

V. 262 : Astringent, antidiarrhefque; ici, constipant.

V. 263 الاعتدال : L'équilibre; (tempérament), V. principes de la M.A.

V. 264 : Variété locale de pommes; «as-sarîj».

V. 265 الرب : Le sirop,

كن واعبا لحكما المشروط 251. قب حربت افعالسه مرارا .252 ففيـــه طبـــع ليس بالشـــور .253 في عوده ، مثل جنين قد رقد ط254 فسيمه الخفي ما له شييعه .255 هما له اصلح ما يكون .256 وان حسلا طعما وفاح عطرا .257 بجرمـــه مائيـــة مشــوية .258 كأنما قد مزجت بالسكر وماء ورد فيه ريح العنبر .259 مبيرد جدا لهيب الأفتيدة .260 داعى السيقام عادم الصيلاح ،261 كذلك الفسمج غليسظ قابض واليبس والبسرد مرزاج الحامض 262. وليس من حسرارة بخسال .263 فيـــه لمن يأكلـــه تفــريج ،264 وريبه فيه السيرور بياد .265

ودونيه الأسيود والبلسوطي وغير هنذا مصدث منزارا أما الذي يعــــرف الباكـور لأنه وقبت الشبيتاء قد جميد حتى اذا احس بالصر انتبـــه ترياقه لبوز وأنيسيون والبرد ثم اليبس في الكمثري لاكنسا البانسوج للرطوبة في اكليب تقوية للمعيدة وكسل حامض من التفسساء والحلب مائيل للاعتبدال قال الحكيم خيره السريج

في شهمه تقوية الفواد (١)

## LEXIQUE

V. 251 البلوطي : Variété de prunes, «al baiûtî».

V. 252 مرارا : Bile. fiel.

V. 253 الباكور : Figues précoces (premier fruit du figuier offrant une double récolte): «al bâkûr.»

V. 254 جنبن : Foetus..

> : qui dort ... (- allusion à la mort foetale ... , à ال اقد l'utérus myomateux .... ?).

<sup>(1)</sup> Ce Vers manque dans la cople (A).

- 236. A propos des fruits du verger et de la plus part de ce qui se cueille (des branches).
- 237. la saison d'été connaît des fruits excellents, au sujet desquels nous dirons quelques mots.
- 238. Les premiers à paraître, les mûres, sont un aliment de valeur;
- 239. elles sont adoucissantes grâce à leur chaleur et leur douceur n'ignorez pas leurs bienfaits évidents;
- 240. manges'en sur un estomac vide et tu profiteras d'une douceur réjouissant le coeur,
- 241. n'en prends pas par dessus les aliments car ceci mène à la maladie.
- 242. Viennent ensuite les abricots, froids et humides, qui provoquent la putréfaction et nuisent.
- 243. ils ruinent la santé du pituiteux, sur l'heure ou dans les mois à venir:
- 244. on les corrige avec des conserves de gingembre ou des conserves de roses millées, d'après un connaissant.
- 245. Les cerises ont un tempérament freid et humide, ne néglige donc pas leur bienfait énorme;
- 246. elles palient aux méfaits de la bile jaune, developpent toutes les parties du corps,
- 247. éliminent les évanouissements, assouvissent la soif, et grâce à elles, le coeur se réjouit;
- 248. la résine de leur arbre guérit la toux et «augmente» le sperme chez l'homme.
- 249. Les prunes jouissent du même tempérament (que les précédents), ainsi que d'un goût et d'une couleur agréables;
- 250. la première variété est celle «de Valence» qui élimine cont exés de chaleur et de sec.

القبول في فواكسه الجنسان وجل ما يقطف من أغصسان 236. ففي المصيف نعيهم معتبرة نذكر منها جمهلا مختصرة .237 اول ما بيسدو ولدينا التوت وحكسه منسس منعسوت 238 مرطب بمسره واللين لا تغفلن عن نفعسه البين .239 خذه اذا على خلاء المسدة تفر بتليين يسر الأفندة .240 لا تأخيذ التسوت على الطعسام فانسه داع الى السسسقام 241. ويعده المشمش وهدو بازد رطب معفن مرخ مفسد . 242 يغنى القبوى ببلغه ذي داعية في الحين أو بعد شهور أتية .243 اصلاحه اكسل مربى الزنجبيل او الجنجين خسده عن نبيسل .244 حب الملوك بارد في طبعت رطب فلا تهمل عظيم نفعت 245. يقم ع شر فضلة الصفراء مخصب لجملة الأعضاء .246 ينفى ضمروب الغشميان والعطش به من الكسرب الفؤاد ينتعش .247 وصعف يبرى من السعال ويكشر المنى للرجال .248 ومثلب في طبعب البرقبوق مذاقب ولونسب يبروق .249 اجلب ایک ره البانسی یدف کل سیخنة وییس .250

## LEXIQUE

V. 236 فواكه الجنان: Les fruits du verger.

التوت V. 238 : Les mûres (fruits du mûrier).

V. 242 : Les abricots (fruits de l'abricotier).

V. 244 مريع : Conserve de...

: Conserve de rose miellée.

V. 245 عد اللوك : Les cerises (fruits du cerisier).

V. 248 : La gomme, la resine (ici, du cerisier).

Le sperne. المني

V. 949 : Les prunes.

V. 250 : «De valence», variété de prunes.

- étant cause des pires maladies comme la pleurésie et l'hydropisie,
- 222. et combien de fois, ils ont été à l'origine de sciatiques; celui qui en abuse fait donc erreur.
- 223. A propos du gibier (à poil) des montagnes et des campagnes.
- 224. La chaire de gazelle donne naissance à la bile jaune et parfois même à la bile noire,
- 225. c'est pour cette raison qu'elle convient aux pituiteux, chez lesquels elle apaise efficacement la douleur.
- 226. Le loup est chaud et sec, il réchauffe, et son bienfait pour le foie est flagrant,
- 227. étant actif contre la jaunisse, l'hydropisie et toutes les maladies du foie.
- 228. Le tempérament du renard est chaud et sec et, pour quelques rares personnes, il est de la plus grande utilité,
- 229. contre l'hydropisie, les rhumatismes, la maladie de Parkinson et l'hemiplégie qui dure.
- 230. Le lièvre est chaud et humide, il réveille la douleur puis la tristesse;
- 231. on le corrige avec de la chicorée ou du vinaigre, à lui associer au moment du repas.
- 232. Le herisson est chaud et sec, il présente des aventages pour tous:
- 233. il est carminatif et guérit des coliques rebelles,
- 234. il convient au foie, à la rate, et en cas de jeunisse sévère resigtante au traitement;
- 235. il y en a une espèce grande, nommée porc épic, dont la chaire présente les mêmes effets thérapeutiques.

كوجسم الجنب والاستسقاء .221 فمن يكثــر اكله فقــد اســا . 222 من الجبال ومن الباوادي .223 وريما قد أحدث السوداء .224 فهـ و فهم جــدا مــزيل للألم .225 والنفع في الكبد منه بين 226 وكسيل ما في كسيد من داء . 227. والقليسل فيسه خيسر ارب .228 ورعشية وفاليج مواصل 229. يأتى الصداع منه ثم الكرب .230 أيهما يوجد عند الأكل . فيه مصالح لكهل مقتهد . 232 ويطلبق القولنج بعد الياس . 233 والبرقان المرهن العضال .234 كبسيره يعسرف بالضربان واللدوا كلاهما مسسان 235.

يصدث في الأجسسام شبر داء وطالما ما اوقب في عرق النسب القبول في المأكبول من مصبطاد لحسم الضياء يحدث المسفراء من أجل ذا ينفع أهل البلغم الذيب حسر يابس مسسخن للسيرقان والاسستسقاء والحسر والبيس منزاج انثعلب لداء الاستستميقا وللمفاصيل والأرنب البيري حيير رطب اصلاصه بهنديسا او خسل والمسر واليبس منزاج القنف يحلسل الرياح من احتساس يصلح للكبد والطحال

## LEXIQUE

V. 221 وجع جنب : «Douleur du côté» = pleurésie.

عرق النسا V. 222 : La sciatique (maladie).

V. 223 : Le gibier, ici il s'agit du gibier à poil.

V. 224 الضباء : La gazelle.

V. 226 الذىب : Le ioup, le chacal.

V. 227 : La jaunisse. العرقان V. 228 الثعلب : Le renard.

V. 229 داء المقاصل : « Mal des articulations » = ruhmatisme

articulaire.

V. 230 الأرنب البرى : Le lièvre. : La douleur. الصداع : La tristesse. الكرب

V. 231 الهنديا : La chiccrée, Cichorium intybus L., piante herbacée dont en utilise les feuilles fraîches et la racine.

V. 232 القنف : Le herisson.

الضريان : Le porc épic.

- 206. le poisson est de tempérament froid et doux, sa chaire est de digestion lente et cause de la putréfaction.
- 207. elle provoque la soif, humidifie le corps, et guérit des coliques (sans tarder).
- 208. Quant à celui (le poisson) qui est pêché dans les rivières cales aux vapeurs putrides.
- et celui qui est pêché dans les eaux stagnantes couvertes de substances vigueuses,
- 210. c'est le pire des poissons, et il est préférable, d'aprés les médecins, de s'en abstenir;
- 211. le meilleur, d'une façon générale, est la muge, ne néglige dont pas son bienfait (indispensable).
- 212. à part elle, il ya la sargue et l'alose et tous, paraît-il, acceptent la correction:
- 213. ils conviennent en été au bilieux, et représentent pour lui un remède;
- 214. laves les au savon pour prévenir tout mal, puis mets les dans une décoction de thym.
- 215. et, après une nuit d'attente, fais les cuire ou frire ou griller;
- 216. fais les frire (de préférence) ou cuire avec du poivre, de la poudre de mastic et de la moutarde,
- 217. du gingembre et du vinaigre fort pour éviter la soif causée par leur ingestion;
- 218. celui qui boit du vinaigre par dessus, la teu (la soif) et se fait du bien à lui-même.
- 219. et c'est le contraire pour celui qui boit de l'eau, comme là dit Galien. le savant des savants.
- 220. et plus, ils sont salés, comme les sardines, plu tu dois te méfier de leur nuisance (évidente).

الحبوت بسارد اللنزاج ، لين بطيء هضه لحمه معفه ، 206 معطه رمرطــب الأبـــدان يفضى لقولنــج بلا تـــوان .207 أما الذي يصطاد من أنهال قنزة عفينها البخال 208. وما النزوجية عليه زائيدة .209 وتركها لدى المكيم افضل .210 لا تهملين فضليه الضيروري 211. والكسل للاصلاح قالوا قابسل .212 تصلح في الصيف لذي الصفراء فانهما شميعاؤه من داء .213 ثم اطرحنه في طبيسخ الزعتر .214 لنتنى والشي أعمدت كما رووا .215 مع سيحيق مصطكى وخيردل .216 نتامين العطش عند الأكسل 217. ونعسب احبا بما قد فعله .218 يتول جالينوس حبر الحكما .219 فاحسدر جميسع ضره المبين .220

وما يصبطاد من مياه راكندة فهدده أخبث حسوت يؤكسه وخيرهسا على العمسوم البورى ودون هذا أنشرغ ثم الشمسايل فاغسله بالصابون خوف الضرر واصبر عليه ليلة واطبضه ، أو طييسه بعسد قليسه بفلفسل وزنجبيل مع ثقيف الضـــل من شرب الضيل عليه قتليه والعكس في شرب المياه مثل وكنسل ما ملسح كالسسردين

## LEXIQUE

- انلزوچة ۷.209 : Toute substance viqueuse.
- V. 211 : La muge ou le mulet, poisson d'eau douce et اليوري d'estuaire.
- الشرغ V. 212 : La sargue.
  - :L'alose, poisson de mer, famille des clupéidés.
- : Les bilieux (un des 4 «caractères») V. prin-ذي الصفراء V. 213 cipes de la M.A.
- V. 214 : Le savon.
- سحىق .V. 216 : Poudre.
  - : Moutarde, Sinapis nigra L., on utilise la graine comme condiment.
- V. 217 : Le gingembre (V. Synonyme V. 204). الرنجبيل
- V. 219 : Galien (claude) médecin grec, né à Pergrame (131 V. - 201).
- V. 220 : Les sardines (poisson de mer).

- 191. Le cuawmarashta» revivifie les âmes, favorise l'activité et donne de la joie.
- 192. Quant aux pigeons, ce sont, pour les pituiteux, un remède contre les grandes douieurs,
- 193. la maladie de Parkinson, l'hémiplégie, la paralysie faciale et l'hydropisie;
- 194. leur tempérament est l'opposé de celui du pituiteux quand ils sont prepares au vinaigre et au verjus.
- 195. La tourterelle est sèche et chaude, elle fait grossir et embellit.
- 196. elle convient à l'hémiplégique et au parkinsonien, mais le sujet fievreux doit s'en éloigner;
- 197. on la corrige avec du bon sucre doux, amsi qu'avec du beurre on lait.
- 198. Il ya du caud et un haut degré de sec dans la perdrix catha, sois en conscient et èvites les erreurs;
- 199. elle permet de dessécher le pituiteux du plus profond de son corps et convient au maiade ascitique:
- 200. on la corrige avec du beurre frais en abondance ou du sircp d'eau de rose, d'après ce que l'on dit.
- 201. Le tempérament de la perdrix est chaud et sec, prescris la au sujet froid sans aucune crainte,
- 202. elle réchauffe foie et estomac et élimine toute cause d'un surplus de froid,
- 203. comme l'émiplégie sévère; rôtie, c'est pour les poumons, un remède contre la toux;
- 204. corriges la au gingembre de qualité, pour ceux dont le tempérament est chaud.
- 205. A propos du tempérament de la chair de poisson.

V. 196 لقلوج : L'hemiplégique.
 نارتعش : Le parkinsonien.

V. 198 القطا : La perdrix Catha.

V. 199 داء المين : Hydropisie, ascite. (Kazimirski)
 V. 200 شرية الملاب : Sirop d'eau de rose. (Kazimirski)

V. 201 الحجل : La perdrix.
 V. 202 المعدة : L'estomac.

V. 203 منر ـ صنور : Poitrine, dans le sens de poumons.

: La toux

V. 204 : Le gingembre (épice); rizhome du Zingiber officinale Rosc., importé d'Orient.

V. 205 : Le poisson.

وبورث النشيساط والأفراهيسا 191 فيه الشيفاء من عظيم الألم .192 لرعشية وفالسج ولقسوة وداء الاستسقاء فيه قسوة .193 ومن مرّاجسه بعكس البلغسيم بطبخسه بالخسق أو بالحصوم 194. وفي اليمام البيس والمسرارة يعطى الجمسوم الخصب والنضارة .195 يصلح للمقلوج والرتعش لكنما المصرور منه يختشي 196. اصلاحب بالمسكر العجيب والرطب كالزيد أو الطيب 197. كن واعدا ، واحدر موارد الخطا ،198 وتنفيع العليل من داء الحيسن .199 او شرية الملاب مما يعتبري 200. والمسر والبيس مسزاج الحجل اطعمه للعبرود دون وجسسل 201. مسحدة لكبعد ومعدده يدفع كل فضلة مبعردة .202 كالفاليب الصعب ومشويا يرى يبرى الصدور من سبعال قد عرا .203 اصلحه بالسكنجبير المنتخب لمن على مزاجه الحسر غلب 204. القول في مزاج لصم الحوت ، وما يرى في طبعه المنعوت 205.

والنمومرشيت بنعش الأرواحا اما التحصام فلا هل البلغسسم والمسر والييس الشديد في القطا تجفف البلغسم من عمق البسدن اصلاحها بكشرة الزيد الطري

# LEXIQUE

V. 191 : Indeterminé; genre d'oiseau.

حمامة ـ حمام 70. 192 : Pigeon.

: La douleur.

رعشية V. 193 : Maladie de Parkinson (= paralysie agitante).

: Hémiplégie.

: Paralysie faciale. V. 194 : Le vergus

V. 195 : Le ramier ( pigeon sauvage ); également la tourterelle.

: La beauté.

- 176. et celle cuite à l'\*étouffée\* dans le couscoussier, dont la lourdeur proveque des maux de têtes.
- 177. surtout chez le vieux, et qui est nommée «a sh-shawâ' harzûz».
- 178. A propos des volailles.
- 179. Le poulet est la meilleure des volailles; il régularise le chaud et le sec;
- 180. on distingue la poule domestique et la pintade qui est originaire d'un désert aride.
- 181. et toutes sont propres à la consommation.
- 182. Les coqs ont encore plus d'aventages; ils améliorent la capacité intellectuelle.
- 183. ils donnent des couleurs et offrent les meilleures chances de santé.
- 184. en procurant de bon sang ils conviennent à tous les types de «caractère» et font un bien énorme,
- 185. ils mettent fin à la maigreur et à la faiblesse des nerfs, chez les vieux, les jeunes et les enfants.
- 185. Leurs oeufs ont une valeur (alimentaire) comparable à celle de la viande fraîche.
- 187. Le jaune d'oeuf a une tendance chaude, il donne de la force et amène de la chaleur:
- 188. additionné de cannelle pilée, d'eau de rose et de sucre, et en faisant chauffer le tout sans atteindre la coagulation,
- 189. il élimine les évanouissements des sujets faibles et revivifie les «âmes».
- 190. Quant au blanc d'oeuf, il est d'un tempérament froid; bouilli, n'en manges jamais.

. Coq. فروج V. 182

V. 183 خفي : Teindre en rouge.. Ici, donner des couleurs au visage.

V. 183 النحاقة La maigreur.

: Faiblesse des nerfs.

. Oeuf. بيضة .. البيض Oeuf.

V. 187 : Le jaune d'oeuf.

V. 188 عام ورد : Eau de rose (produit de la distillation des pétales de roses).

: Coagulation.

V. 189 : Evanouissement, défaillance.

: Litteralement, signifie «l'âme»; ici, signifie plutôt «force» sexuelle.

V. 190 ياض : Le blanc (d'oeuf).

: Bouilli (ex : pour un oeuf).

وثقلـــه بحـــدث داء الراس 176. وهـو الذي يدعي شـوي حرزوز .177 من سيسميء اللحم ومن مشيسكور . 178. للحسر واليبس تسراه يعسسدل .179 معسكنه القفسر بفساب موحش 180. من كيل مأكيول من اللحميان 181 وللفـــراريج مزيد فضـــل محدثة زيادة في العقـــل 182. تحسين الأسوان بالتخصيب تعطى الجسوم أوفر النصيب 183. تصلح ، بل تولى عظيم النفع ط184 لكيل كهيل وشياب وميني 185. والبيض منه يشبه اللحم الطرى كما أتى في نفعه المسطر .186 يعطى مـم التقوية الحـــرارة .187 وسيكر سيخنه دون عقيد .188 وينعش الروح بالا خاسالف 189. أما بياضـــه فيحرده بحدا لا تقحرب المعلوق منه أبحدا 190.

ومنه ما يغهم في الكسكاس لا سيما للشييخ والعجيوز القسول في المأكسول من طيسور ان الدجاجفير طير يؤكسل ومنهه اهلی ، ومنه حبشی وكلبه أوفسق للابسدان من جيــد الدم لكــل طبــــم تنفى النحافة وضعف العصب والمسح مائسل الى المسرارة مع قرفــة دقـت ومـــاء ورد هددا يزيسل غشسية الضعاف

# LEXIQUE

V. 176 الكسكاس : Le couscoussier, ustensil qui sert à cuire à la vapeur, notamment le couscous.

: Le mal de tête, les céphalées.

V. 177 الشوى حرزوز: «As-Shawâ Harzûz», Viande cuite à la vapeur.

Volaille, oiseau. طير سطيور V. 178

: Poulet. ىچاچة ــ نجاج

اهلي V. 180 : Domestique (adi).

: «Poules d'Abyssinie», pintades.

- 161. N'approchez pas la chaire de brebis, qu'elles soient maigres ou grosses:
- 162. cependant, certaines personnes échappent à cette règle.
- 163. Si quelqu'un se plaint après en avoir mangé, fait lui boire immédiatement du sirop de mastic.
- 164. Le chevreau, à l'exemple du mouton, est propre à la consommation, surtout au printemps;
- 165. il éteint le «feu» de la bile jaune, mais ne convient pas aux atrabilieux.
- 166. N'approches jamais la viande de vache, qu'elle soit séchée ou fraîche,
- 167. (car) elle provoque la folie et la lèpre, elle est résponsable de la production d'atrabile et de tumeurs;
- 168. les veaux font exception, en effet, leur chaire est comparable à celle de l'agneau de l'an.
- 169. N'approches pas la viande frite si tu tiens à la santé,
- 170. sauf en cas d'hydropisie, où sa préscription est un remède.
- 171. la meilleure manière de cuire la viande est de la griller sur un four au charbon de bois, sans fumée et à l'aide d'une broche;
- 172. cela donne toutes les chances à la santé; il s'agit de la spécialité nommé «kabâb»;
- 173. à part elle, il ya la viande cuite dans le four à pain, celle-ci affaiblit.
- 174. à moins qu'il ne s'agisse d'une viande très grasse auquel cas tu peux en profiter sans abus;
- 175. comme autres préparations, il va celle à l'étouffée dans un four, qui par sa lourdeur, nuit à la santé.

ورم – اورام : Tumeur, enflure, inflammation d'Le manière générale.

- V. 168 عجل ـ عجول Veau.
- V. 169 القاو :Ce qui est frit, les fritures.
- V. 170 الجمر: Petit four au charbon de bois.
- V. 172 كياب : «Kabâb» brochette de viande.; ingrédients = oignons, poivre , persil, sel.

وإنه عن العجساف والسسمان م161 منه على خلف من القيهاس .162 اسبقه في الوقت شراب المنطكي -163 وفي الربيسع بين النجسساح .164 ولا بليسق بدوى السيسوداء .165 لا سيما يابسها حتى الطرى .166 والمسرة السسوداء والأورامسا .167 ما لم تجـاوز سنة في العمـر .168 ان كنت تبغي صحــة الجثمـان .169 فامسر به الريض تنفي السداء .170 خير الشواء ما على الجمر شوى بلا دخان في قضيب ملتوى .171 يفتسح للصحصة كسال بسساب وهنو الذي يعسسرف بالكيساب .172 ودونه الذي مع الخبير اشيتوي في فرنه ، فذاك يسقط القوي 173. الا اذا كان سيمينا جيدا فاحفيل به ولا تجاوز حيدا 174 ودونه ما غيم في الأفسران بثقله يؤذي قبوي الأبدان .175

لا تقرين لحسم أناث الضان وربعها يسهملم بعض الناس ومن تری من اکنها قمد اشستکی والجدى دون الضان في الصلاح يطفىء نبأر المسسرة الصبفراء لا تقربن يومسا لمسموم البقسر تولسد الوسيدواس والجذاما الا عجولها فكالضبأن الطبيري لا تقــرب المقلو من لحمــان الا اذا راست الاسستسقاء

## LEXIQUE

اناث الضان V. 161 : Les brebis. شراب 7. 163 : Sirop de ..

> : Mastic; c'est la gomme (résine) du lentisque le Pistacia Lentiscus, arore d'Orient et des Iles grecques.

: Le chevreau (petit de la chèvre). V. 164 الحدى

: La bile jaune (une des 4 humeurs) V. V. 165 الد الصفاء principes M.A.

: Vache. V. 166 بقرة ــ بقر

: La folie, suite à l'obsession du démon. V. 167 : La lèpre tuberculeuse mutilante.

- 146. il ne fait ni de bien ni de mal, d'après sa réputation chez les spécialistes;
- 147. en effet, il a été cuit à deux reprises, ce qui a diminué jusqu'à faire disparaître sa «force».
- 148. La meilleure «harirah» est celle qui répond à certaines conditions :
- 149. elle est préparée au levain véritable et additionnée de menthe en abondance;
- 150. ceci facilite sa disgestion, et ouvre l'appétit,
- 151. surtout si elle est accompagnée de figues et de raisins secs de la variété rouge et chère.
- 152. Le «al barqtátish redonne des forces; il s ecompose de ferment et d'azvme,
- 153. c'est donc un mélange de lourd et de doux, ce qui en fait un met léger.
- 154. Evites de manger de la «dashîshah» car elle est responsable de maladies gênantes;
- 155. cependant, si elle est à base d'orge, elle déconstipe.
- 156. A propos des viandes de boucherie.
  - La meilleure est celle de l'agneau de l'an.
- 157. sa chaire guèrit le mal et convient au chyme, et améliore le corps et l'esprit;
- 158. si tu en extrais le jus, par la cuisson à l'étouffée ou par distillaton dans l'alambic.
- 159. cette boisson, d'après les connaisseurs, redonne aux vieuz la vigueur de la jeunesse;
- 160. bois la chaude, dès sa distillation, pour éviter sa putréfaction et sa dénaturation.

- V. 152 البرقطاطش: Genre de soupe, indéterminée; d'après G.S.
  Colin, ce mot dérive du latin percoctates.
- V. 153 الغليظ : «Le grossier», «le gros», ( tempérament ) V. principes M.A.
- V. 154 : «Ad Dashîshah», genre de semoule; ingrédients
   semoule de blé, oignons, fèves, condiments ( Safran, coriandre).

: La maladie.

: Ici, la constipation.

V. 156 : Les viandes de boucherie.

: Le mouton, ici il s'agit de l'agneau.

: Le chyme.

: L'alambic.

: La distillation (se fait au moyen de l'alambic).

لا نفسم في غندائه ولا ضسرر حسيما عند الايمسة اشتهر .146 تكــرر الطبيخ عليه فوهبت قوته حتى اضهمطت وانتهبت .147 على شــرائط لها قـد عرفـت .148 مفوهـــا بنعنـــع يســـير .149 تجــود الهضــم لكــل اكــل وتبعـت الشــهوة للمآكــل .150 أو الزيب الأحمي الثميين 151 من الفطير والخمير لا سوى .152 من اجسل ذا غذاؤه خفيف 153. تفضى لأستقام وسنوء عيشه .154 وهي اذا كانت من الشميعير تسمرح البطين من التحجمير .155 القسول في أغسنية اللحمسان افضلهسا الحولي من الحمسان 156. يبريء الأذي ويصلح الكسوسا ويصلح الجسسوم والنفوسسا .157 من لحميه أو صنعية الانسيق .158 يعطى الشييوخ قيوة الشياب .159 اشربه سخنا ساعة التقطير مذافة التعفيين والتغيير 160.

خبسر المسريرة التي قد وقفت افضلها من خالص الخمسير لا سيما أن شيريت بالتين والبرقط عطش مركب ألقسوي فامتسرج الغلسيظ واللطيف لا تحمدن شربه الدشيشة وإن اخسيذت المساء بالتعسريق فشريه عنيد ذوى الألسياب

## LEXIQUE

الشهوة V. 150 l'appétit.

التين V. 151 : Les figues.

: Les raisins secs.

<sup>: «</sup>Al Harîrâh» Soupe traditionnelle marocaine.; الحردية V. 148 ingrédients = farine blanche, levure, lentilles, pois chiches, .... tomates, oignons, condiments (huile, coriandre, persil, poivre, sel, safran gingembre).

<sup>:</sup> La menthe, Mentha viridis L. (utilisée dans le V. 149 النعنه thé à la menthe).

- 131. corriges le avec du poivre et du vinaigre avant d'en manger.
- 132. Les patates douces aux cendres, (\*bintu ar-ramâd\* ou «fille des cendres\*) pour le faible et le las, n'ont pas leur pareil;
- 133. la lassitude est vaincue par leur chaire safranée et leur suc rouge redonne la vigueur.
- 134. car elles sont cuites à chaleur modérée, comparable à celle du soleil;
- 235. cependant, en trop grande quantité, elles allourdissent les estomacs de certains;
- 136. corriges les donc avec du vinaigre et des citrons «al·lîm», et ne négüges pas ce qui est recommandé par un savant (un médecin).
- 137. et s'il t'est déjà arrivé de manger des aubergines sans avoir eu de mal, n'en reprends pas une deuxième fois!
- 138. Quant au plat nommé «za'lùk», n'en manges jamais;
- 139. les conséquences en sont néfastes car il est pareil au venin de vipères.
- 140. A propos des potages et bouillons.
- 141. le bouillon au levain (en morceaux) est bon, c'est un aliment léger qui n'a pas de prix,
- 142. surtout assaisoné de coriandre en petite quantité et qui n'est en faite, pas indispensable.
- 143. ajoutes'y de la viande en morceaux, avant la cuisson, et laisse la devenir tendre comme de la moelle.
- 144. ou bien ajoutes'y des pigeonneaux en morceaux, ceux-ci étant meilleurs pour l'organisme.
- 145. Je ne vois pas d'aventage à manger du «barîd» et il est loin d'en avoir aucun;

- V. 133 الزعلوك : «Za 'lùk», plat à base d'aubergines; ingrédients = aubergines, huile, all, coriandre, cumin, piment de Cavenne.
- V. 139 السم : Le poison, le venin.

: Vipère : افعى ـ افاع

- V. 140 حسو \_ الحساء Potage, bouillon.
- V. 142 الكزير: Le coriandre = Coriandrum sativum L., On utilise les feuilles fraîches et les graines comme condiment.
- V. 145 البريد : «Al Barîd», genre de soupe à base de pain rassis et d'anis; probablement du mot anglais «Bread», qui signifie «pain».

أضفهمها له قبيه الأكهار 131. بنت الرماد للضعيف النافية ليس لها يا صاح من مشابه 132 يسدى القسوى مرقها المصفر . 133 لأنهـــا عطبوخــة في يعس معتدل كمثــل حــر الشعس 134 لكنهـــا بمقتضى القــاس تثقـل في طفضون بعض الناس 135. اصليح اذا بالخيل أو بالليم ولا تضع أمر أمرىء عليهم 136. ولم تضير لا تعيد للثانيية .137 فاجعيل غيداءه من المتسروك . 138 اذ هو كانســـم من الافــــاع .139 القسول في المسروب من حساء نذكسره في معسرض الغسداء .140 غسداؤه الخفيف ما له ثمسسن .141 فهيو اذا من الضيرورة يري 142

حتى يصير اللحم مثل المخ .143

فأن ذات للحسيوم أنفيم للط

امسالاحه يفلقسيل وخسييل ينغى الهسنزال لحمها المزعفسر وإن اكلست مسرة برانسسة أما الذي يعسرف بالزعلسوك عقيماه لا تؤول بانتفمهاع وحسو قطاع الخميرة حسن لا سيما مع يسبير الكزير قطحم له اللحج قبيك الطبخ او الفراريج كهذا تقطههم ولا أرى منفعـــة من البــريد اذ بينهـا وبينــه بعـد البريد 145.

# LEXIQUE

- V. 131 : Le poivre (épice): Graine ou fruit du poivrier. Piper nigrum L.; pousse dans les régions tropicales.
- ىنت ال مائد V. 132 : «Bintu Ar-Rumâd». Signifie littéralement : «fille des incrédients;» cendres; patates douces cuites sous les cendres.
- V. 133 الرعفر V. 133 : Safrané (teint en jaume). : Teint en rouge.
- : Cuire à chaleur douce, sous terre ou dans un V. 134 يمس creux.
- V. 137 البرائلة : Les aubergines.

- 116. Ne vous complaisez pas à manger de la «'as,îdah» car elle est lourde et forte;
- 117. si elle est préparée à la semoule véritable, aie confiance en son goût agréable,
- 118. mais si elle est préparée à la farine, elle est à condammer, d'après les connaisseurs;
- 119. cependant, elle aide à prendre du poids, d'après ce qu'en a dit un grand médecin.
- 120. N'approche pas le « bulbùl » de crainte de malheur, surtout s'il est préparé avec des têtes (d'animaux);
- 121. et si il est à base d'orge, cette nourriture azyme ne présente aucun aventage.
- 122. Les fèves salées contiennent un mélange de vapeurs, leur danger est grand et connu;
- 123. elles ne peuvent être corrigées au citron, au vinaigre, à l'huile, et au cumin;
- 124. enfin, elles abêtissent, et la «bisâr» présente les mêmes inconvénients.
- 125. Evites de manger «al mudarbal» et fais attention à toutes ses nuisances à venir,
- 126. il provoque dans l'organisme, un mal énorme, comme la transformation (par combustion) du sang en bile noire;
- 127. si tu ne trouves pas de quoi le remplacer, ajoutes'y alors beaucoup de gras,
- 128. et associes le au vinaigre pendant le repas, en évitant le vinaigre fort.
- 129. Quant au nommé «shawâ'al qadr», il provoque un mal très dangereux.
- 130. le médecin a dit qu'il est respondsable de putréfaction, d'obstruction du foie, et de mollesse,

viande de mouton, aubergines, «khalî» ( V. 26 ), oignons, condiments (gingembre, cannelle, safran, poivre, persil, coriandre).

V. 127 الإدام : La graisse, le gras.

V. 129 شواء القدو: «Shawa'al qadr», plat de viande. Signifie littéralement : rôti à la marmité.

V. 130 العنونة : La putréfaction.

 V. 131 اللبونة : La mollesse (tempérament), V. principes de la M.A.

فهي تري غليظ ــــة شـــديدة 116. فعد على مطعمها اللذيذ .117 مذمومة عند ذوى التحقيق .118 كما أتى عن ماهمر أمسين .119 لا سيما المطيوخ بالرؤوس .120 لا خسر في غذائه الفطيير .121 آفاتــه عظیمـــة مســطرة .122 والخسل والزيت مع الكمسون .123 ومثلب البصيار بالسوية .124 واحدر جميع ضره المستقبل .125 مثل احتراق الدم من سوداء .126 ان لم تجدد يا صباح عنه بدا فكثر الادام فيدم جدا .127 واجعل عليه الخيل عند الأكل ولا تعيد عن ثقيف الخييل .128 أما الذي يدعى شهواء القهدر فمحدث ضرا شديد الخطهر .129 قال الحكيم بورث العفونة ويسمدد الكبيد واللدونة 130.

لا تحميدن اكلية العصيدة ان صعنعت من خالص السميد وهي اذا كانت من الدقيميق لكمنها عدون على التسمين لا تقرب البليول خوف البؤس وهي اذا كانت من الشاعير ومالح الفول خليط الأبضرة لا يقبيل الامسلاح بالليميون بواسيد السيسلادة القسوية ولا تواظب أكليه المرسيل يحدث في الجمسم عظيم الداء

# LEXIQUE

العصيدة V. 116 : «Al 'A,sîdah», genre de semoule préparée à l'eau et au lait.

الدقيق V. 118 : La farine.

V. 120 البليل : «Al Bulbul» semoule, d'orge en général.

V. 123 : Le citron. : Le vinaigre.

: L'huile.

البصار 124 .V : «Al bi,sâr», plat à base de fèves.

:«Al Mudarbal», plat de viande; ingrédients = المدريل 72.125

- Deconseilles les gâteaux aux pituiteux, et ne te laisses pas leurrer par le bon goût,
- 102. à moins cu'ils ne soient faits sans sucre, dans ce cas, profites en sans abus.
- 103. Le pain préserve la santé, il fait grossir et régénère le sang;
- 104. le meilleur est celui préparé au levain, et le pire est representé par le brolé et l'azyme;
- 105. choisis de préférence le pain pétri au point où sa pâte est devenue comme de la colle.
- 106. au froment pur, il offre alors les meilleurs chances de santé:
- 107. quant au pain d'orge, il abaisse la température du sujet fiévreux:
- 108. et un autre pain que celui au blé ou à l'orge, n'apporte que maladies.
- 109. évitez le et méfiez vous de ses méfaits, à moins que vous n'y soyez contraints.
- 110. quant au «bashmàt» (biscuit de mer), ses composants sont secs.
- 111. il assèche le corps, produit de la bile noire et donne des coliques;
- 112. cependant c'est un remède contre le mal du à la pituite et contre l'hydropisie en cas de douleur.
- 113. quant au nommé «Barkùkash», méfies toi-s'en constamm ent,
- 114. le médecin a mis en garde contre sa nuisance, même s'il est au beurre et au lait.
- 115. Il en est de même pour ce qu'on nomme la «Muhammasah», que tu dois éviter à tout prix.

ولا يغسرنك طيسب المطعسم .101 فاحفسل بها ولا تكن بالمترى .201 مسمن مولد دمسا حسسن .102 وشسسره المصروق والفطسير .203 حتى يسرى من المصحة غاية الأمسل .105 فيطفى اللهيسب من محسرور .106 بالمسابقام عساسم التدبير .108 فيتسل بيابس الاخسسرورة .109 فيتسل بيابس الاخسسلام .111 ويدسدت القواندي منسه أبدا .111 فنت كن على الدوام تختش .111 فنت كن على الدوام تختش .111 فنت .111 فنت كن على الدوام تختش .111 بالمحسسة .1111 بالمحسسة .111 بالمحسسة .1111 بالمحسسة .1111 ب

وخص بالحلواء اهسل البلغم
الا اذا ما صحيحت من سحكر
الخبر حافظ لصححة البحدن
الفضله ما عصه الخصير
فاختر من الخبز كثير العرك
من خالص الحنطة جبيد العمل
أما الذي يصنع من شحيير
الما الذي يصدو بالشحيار
الما الذي يعمرف بالبشحاط
الخبية فلحصم ويولى السودا
الخالف يعمرف بالبشحاط
الخبية فلحصم داء البلغم

# LEXIQUE

V. 103 الخبز: Le pain; il s'agit du pain de blé (pain complet).
 الدم
 الدم

V. 106 الحنطة : La farine de blé (froment).

V. 107 اللهيب : Ici, la fièvre élevée.

: Le sujet fièvreux.

V. 110 الشماط : «Al Bashmât», biscuit de mer.

V. 111 : La bile noire (une des 4 humeurs) V. principes de M.A.

: Les coliques.

V. 112 داء الإستسقاء : L'hydropysie — maladie qui se caractérise
par des ascites, et des oedèmes d'une manière générale.

V. 113 درکوکش : «Barkùkash» genre de couscous à gros grains,

V. 115 : «Al Muhammasah» Semoule à gros grains de couscous.

- leur tempérament est chaud et humide et leurs méfaits sont bien connus.
- elles obstruent le foie et la rate, ce qui nuit à celui qui en mange;
- Cependant elles permettert de prendre du poids quand elles sont accompagnées de bon poulet gras;
- de même pour le «tarîd», composé d'une pâte amincie et qui est à rapprocher des précédents.
- Et les beignets, comme les «zallâbiah», sont à éviter par celui qui veut la santé.
- 91. corrige les, s'il est impossible de s'en passer,
- pour le pituiteux, avec du miel de la ruche, et pour son (tempérament) opposé avec du sucre et du beurre.
- Et si un jour tu es convié à manger et qu'il ya une grande variété de mets.
- commence par le «Tajin» de poulet, il représente un remède pour le corps,
- passes ensuite au «Tajin» de viande aux citrons et aux olives, agréable à manger,
- réserves la «Murùziah» aux pituiteux, car c'est pour eux un remède contre la douleur;
- Pour ce qui est du «Ka'k», prends en si tu ne peux t'en abstenir, mais sans abus;
- de même, tempères toi avec les «Maqrut» et les «Raghfân», c'est l'avis des spécialistes;
- en effet, s'adonner aux pâtes frites à l'huile, est une mauvaise habitude alimentaire,
- 100. surtout s'il s'agit de pâte sans levrin comme dans les «Fattr».

- V. 95 : «A l-lim», variété de citron de petite taille qui sert, confite, dans la cuisine, sous le nom de «Al-limùn lamsayyar».
- V. 96 : «Al murùziyyà»; plat de viande dont les ingrédients sont viande de mouton avec l'os, miel, amandes, raisins secs, oignons, huile d'olive, beurre, condiments (sel safran «tête de la boutique» ou «ras al hanùt» qui est un mélange d'une 20ène d'épices)
- V. 97 خانکمکا: «Al ka' k»; gâteau en forme d'anneau, fait d'une pâte sèche fourrée d'une pâte d'amandes, sucrée et parfumée (cannelle, ...)
- V. 98 القوط : «Al maqrùt, gâteau en forme de losange, fourré de pâte d'amandes ou de dattes, frit dans l'huile, enrobé dans le miel.
  - : «A r-raghfân» galette de pâte à pain frite dans l'huile.
- V. 100 الفطير «Al fatîr», genre de galette constituée de pâte à pain sans levain frite dans l'huile.

آفاته مسطورة مكتوبة RR. لا يحمسد الأكسسل منه حالا 87. لكنه عسون على التسمين مع الدجساج الطيب السمين 88. وحكمه كحكم ما قد سلبقا 89. فليجتنب من سروم العاقية 90. ولم تجد بدا لدفسع الشسهية 91. البلغمي ، بعسال من شامه وعكسامه بسامكر وزياد 92. تلفى علب كبثرة الألبوان 93. للجسم فيم غايمة العملاج 94. بالليم والزيتون يرضى المغتدى 95. دع المروزيا المسل البلغيم فانها شيفاؤهم من السيم 96. والكعك خدد منه اذا لم تصبر شيئا قليلا لا تمسل للاكثر 97. واعسدل من المقروط والرغفان كما اقتضى رأى ذوى العرفان 98. كان من العجين شير مغتيدي 99. لا مسيما الخسالي من الخمير مشال الرقاق من الفطاسير .100

مزاجب الحسر مم الرطوية يستند الكبسد والطمسال كذا الشريد من عجبين رققيا والحقسوا الاسهنج بالزلابية أصلحه أن دعت اليبه الداعيبة وان تكسن يوميا على خيوان فقد من مطجن الدجسياج وبعده اللحم المطجن الذي فالغتسدي المقلسو بالزست إذا

# LEXIQUE

الاستفتج : Les beignets.

البلغمي ٧. 92 : Le pituiteux (relatif au «caractère»), v. principes de la M.A.

V. 87 دسید \_ سید : Obstruer, engorger.

V. 89 : «A th-tharîd»; genre de galette constituée de pâte à pain, frite dans l'huile.

<sup>: «</sup>A z-zallâbiyyah»; genre de gâteau, formé de V. 90 الزلابية tubes minces enchevêtrés, frit dans l'huile et trempé brûlant dans le miel (connu aussi sous le nom de «A sh-shabâkiyyah»

- le meilleur est celui qui est fabriqué au Levain, et d'autant meilleur s'il est fermenté à deux reprises;
- 71. il est composé d'une bonne semoule, de bon et délicieux poulet
- ou de viande tendre de mouton qui est d'une grande valeur médicinale.
- et de bon safran véritable; ses légumes sont précieux, il s'agit des coings.
- des cardons, des navets «baladî», puisses-tu toujours rester le préferé,
- de bons pois chiches, de la courge «As Salàwî choisie parmi une variété qui sert de remède;
- évite celui qui est préparé au «qaddîd» ou au «khali'» sec et dur.
- ce dernier étant à recommander aux travailleurs de force et aux agriculteurs,
- 78. quant à celui qui est cuit au lait, il apporte de l'humidité,
- 79. et convient donc à tout le monde sans aucun risque;
- il existe également une préparation appelée «as-Saffah», au sucre, à la cannelle (en poudre),
- au beurre et au lait, c'est le meilleur des mets et son tempérament est exellent;
- 82. mieux il (le couscous) est séché après sa mise en grain, meilleur il est;
- plus ses grains sont fins, et plus il est digeste, d'après les connaisseurs,
- 84. et plus ses grains sont gros, plus sa digestion est lente et ses méfaits nombreux.
- 85. Les vermicelles sont délicieuses mais de digestion difficile,

- : Les navets «du pays», variété locale, c'est l'éspèce cultivée.
- V. 75 السلاوى : Variété de courge de forme allongée, de couleur vert-claire, il s'agirait, de la Cucurbita lagenaria ou «courge ûbouteille» (H.P.J. Renaud) = «As Salàwi».
- V. 76 القبيد : Viande assaisonée et séchée = «Al qaddid»
   ناخليم
   : Viande assaisonée, séchée et cuite puis conservée dans la graisse. Ingrédients : Graisse animale, huile d'olive, Coriandre en grains, all. sel. = «Al Khali"».
- د هـ (As-Saffah», Une des préparations du couscous.

  السفة: La cannelle. Il existe deux variétés principales =
  l'écorce du Cinnamonum aromaticum Nees (Cannelle de Chine)
  et l'écorce du Cinnamonum zeylanicum Br. (Cannelle du Cevlan).
- V. 85 الفداوش : Les vermicelles (à base de farine de blé).

لا سيسما مكسرر التخمسير 70. من الدجاج الطيب اللذيذ ، 71

فذاك في الطب رفيع الشان . 72.

خضرته تحميد كالسيفرجل 73.

لا زات مفضالا فريد الوقت 74. من فسرح يصلح للتسداوي 75.

أو الخليسم اليابس الشسديد .76

حبيسه ، بل بين لهم فلاحسه ، 77.

فذاك معروان على الترطيب .78

وما على أكلب من باس . 79

بسكر مع سيحيق القيرفة .80

وحكمها في الطبع حكم الأول .81

82. حتى يجف جيــد في اكلــــه

بطيء هضم قد كمشرت خطويه .84

قواميه من خالص السهميد أو اللحسوم من فتى الضمان بالزعفران الأطيب البجلل أو خرشيف أو بليدي اللفت او جيد الحمص او السلاوي واحمد من المطبوخ بالقديد هـذا لأهـل الكـد والفلاحـة الا اذا طبيسيخ بالطيسب اذا يليــق بجميـــع النـاس ومنسبه ما نعرفسه بالسيفه بالزبيد والحليب خير ماكيل وكسل ما شهمس بعد فتلسه وكسل ما قسد رققبت جواهسره كان سريع الهضم ، قال شياكره .83 وكبل منا قبيد غلظيت حبوبه ان الفداوش لذيذ الطعمم لكنمه صعب عسمير الهضم 85.

أفضليه المفتحول بالخمصير

# LEXIQUE

الخمدية (٧. 70 : Le levain.

السمية V. 71 : La semoule.

V. 73 الزعد ان : Le safran - il en existe deux variétés : Le safran vrai = Cocus sativum L., provenant du Sud marocain et d'Insulinde (condiment»; et le safran «bâtard» ou Carthame = Carthamus tinctorius L. (condiment et colorant).

: Les coings.

: Ce vocable s'applique au Maroc au cardon de الخرشف ٧. 74 l'éspèce Cynara cardunculus L., cultivé pour ses feuilles ou «côtes».

- Associés à un peu de noix, ils permettent une prise de poids rapide,
- prends-en, pour éviter tout mal, entre deux repas, et ton but sera atteint.
- 57. Le millet, le mais, ainsi que les lentilles, sont froids et secs,
- 58. ils provoquent, chez le sujet d'âge mûr et chez le bilieux, un mal rebel au traitement;
- corrige les avec de la viande grasse de mouton et toutes les bonnes graisses.
- Les haricots sont chauds et humides et donnent beaucoup de gaz.
- ils sont efficaces contre les maux de reins, les dorsalgies, et c'est le secret pour qui veut grossir.
- A propos des aliments composés et de leurs actions, d'après expérience.
- Leurs recettes varient selon les plantes et les nécéssités;
- nous citerons les (aliments) azymes et les fermentés, ce que les gens négligent et ce qu'ils savent,
- 65. nous noterons le lourd et le léger, le grossier et le subtile,
- 66. et ce qui est d'un bienfait pour le corps, sans sortir des préparations du pays (locales).
- Le plus apprécié, dans notre pays, par les gourmets, est le couscous;
- de tempérament doux et chaud, ses composants sont bons et bien choisis;
- il fait partie des aliments azymes, si tu me prends pas le soin de lui ajouter du levain;

ىفسوز بالتسمين أى فسوز 55. اخده مع يسير الجسوز 56. بين طعامين تفسن بالوطسس فاستعلمنه خشسية من ضرر 57. جميعهــا مبــرد ميبس والنخين والبيرة ثم العيدس 58. مضـــرة تجلى الى التداوى تضير بالكهيل وبالسوداوى وكسل طيب من الأدهسان 59. اصلاحها سمين لمم الضأن وكثـرة الريـح لها منسوبه .60 واللوبيسة للمسسر والرطوبة وفسيه للتسيمين أي سير 61. منفع من داء الكلا والظهر وما لها من خصلية محربة القبول في الأطعمسة المركبة بحسب الأغسراض والدواعي 63. تركيبها مختلف الأنصواع ما يهمل الانسان أو ما يعتبر .64 نذكــر من فطيرها والمختمــر ونبورد الغلبيظ واللطيفيا 65. ونشسرح الثقيسل والخفيفسا ولم نخسرج من اصطلاح البلد ،66 وما له في الجسيم أي مسدد لشيتهي القوت العجيب الكسكس . اكثـر ما في غربنـا يلتمس مزاجه اللين مع الحرارة اغلاطه جيدة مختارة .68 وهيه من الأغينية الفطيرة هذا أذا لم تعتميد تخميره .69

# LEXIQUE

V. 55 الجون : Les noix oléagineux, fruit du noyer.

V. 56 الدخن الدرة : Le millet (céréale).

: Le maïs (céréale).

: Les lentilles (légumineuse).

V. 57 : L'atrabilieux; (un des quatres caractères),
 V. principes de la M.A.).

V. 58 الضان Le mouton.

: Graisses, lipides.

V. 59 اللوبية : Les haricots (Légumieuse).

V. 60 الكلا : Les reins.

: Le dos.

V. 62 الكسكس : Le Couscous-plat national au Maroc; dont les ingrédients sont Semoule de blé, viande, Légumes de saison, poischiches, fèves, raisins secs, condiments (persil — coriandre — piment de Cayenne — all — huile d'clive).

V. 63 اخلاط : Humeurs, ici signifie les composants.

- vient ensuite celle à la graine épaisse, blonde et ferme donnant une bonne farine et une bonne pâte;
- Enfin, il ya celle à la graine petite et rouge et la «montagnarde» (al jabali), à la graine courte et brillante;
- Quant à celui (le blé) qui a pourri au fond de la fosse à grains, il contient des vapeurs mauvaises.
- il fait partie des poisons, et il est connu sous le nom de «al hammùmi».
- 44. L'orge est froid et sec, il donne des gaz,
- provoque un météorisme important, et sa valeur nutritive est inférieure à celle du précédent;
- son correctif est le cumin et les viandes grasses, accepte ce qu'en ont dit les sages (médecins).
- Le riz est chaud et subtile, prends-en, sans crainte, à toute époque,
- il fait grossir (croître), fortifie les viscères et donne des couleurs;
- on le prépare au sucre et au lait pour la prise de poids et la croissance.
- Les fèves sont froides et sèches, et les maladies qu'elles provoquent sont bien connues;
- les fèves vertes, elles, sont humides, et toutes (les fèves) sont cause de maladies sévères;
- elles donnent des gaz, abêtissent et les corps en acquièrent de «mauvaises habitudes»;
- corrige les avec de la bonne huile (brillante) et un drachme de thym.
- 54. Les pois chiches sont chauds et secs, ils lèvent l'obstruction, sont aphrodisiagues et améliorent la voix:

V. 48 : Viscères, intestins.

v. 50 الفول : Les fèves (légumineuse).

V. 51 الرطوية : L'humidité; (tempérament), V. principes de la M.A.

V. 53 دوهم: Un drachme ; unité de poids empruntée à la Grèce ancienne.

V. 54 الحمص : Les pois chiches.

: Aphrodisiaque.

: Desobstruer, décongestionner.

v. 59 الزعتر : Le thym; au Maroc, surtout Thymus brousonetii Bois., Thymus Bleicherianus Pom., Origanum compactum Benth..

ثم الغليسظ الأشسمي الرزين مقيقسه يحمسد والعجسين ودون هسذا الأحمسر الصسغير والجبلى المسمع القصير 41. فذاك في الطبيع خبيث الأنخرة .42 أما المعفن بقساع المطمسرة غــذاؤه من جملــة السـموم وهو الذي يعـــرف بالتحمـوم 43. وفي الشعير البرد والبيوسة فيه ريساح جمسة محسوسة 44. يصحب نفخ عظيم الصولة غذاؤه اقسل مما قبليه .45 46. خد ما رواه الحكماء عن أمين مصلصه الكمبون واللحم السمين وفي الأرز الحسر واللطافسة خذه مدى الأزمان لا مخافة 47. غداؤه يخصب الأبدانا ويصلح الأحشاء والألوانا 48. يطبحخ بالسحكر والطيب لجحودة التسحين والتخصيب 49. والفول فيه البرد والبيوسة أمراضه مشهورة مصوسة .50 لاكنما الأخضر للرطوية والكال ضربين الصعوبة .51 يواسد الريساح والبالادة ويورث الأجسام سوء عادة .52 اصلحب بالزيت العجيب النبير واجعل عليه برهما من زعتر .53 والمعص حسر يابس مفتسح يهيسج الباه لصوت مصلح .54

# LEXIQUE

V. 42 الأبضرة : Les vapeurs.

V. 44 الشعبي : L'orge (céréale).

: Les gaz (sens médical : Gaz intestinaux).

: Le froid ; (tempérament), V. principes de la M.A.

: Le sec; (tempérament), V. principes de la M.A.

V. 46 الكمون : Le cumin, Cuminum cyminum L. (épice).

V. 47 ; Y: Le riz (céréale).

: La subitlité, la douceur; (tempérament), V. principes de la Médecine Arabe.

- Le tempérament des graines et des aliments composés, en notant le bon et le nuisible.
- 26. Ainsi que celui de tous les aliments adoptés au Maroc par les arabes sédentaires :
- 27. les légumes et la plus part de ce qui se cueille.
- 28. les plantes sauvages et cultivées et la plus part des viandes,
- 29. les fruits en général, en précisant les bons et les mauvais,
- les épices qui conviennent à la viande et tout ce qui est comestible.
- Nous dirons au sujet des eaux certaines choses que beaucoup ignorent.
- Nous poursuivrons par la présentation de remèdes précieux guérissant de maladies viles.
- 33. Nous parlerons de même de l'habillement et des habitations.
- Nous nous exprimerons simplement comme le demande la question,
- Et je prie Le Généreux (Dieu) pour la réussite car c'est à Lui que l'on demande.
- 36. A propos des graines et de leur tempérament :
- Le blé est de tempérament chaud et doux; c'est la meilleure des graines;
- il adoucit le «caractère», favorise l'activité sexuelle et la «force» qu'il recèle est toute bienfaitrice;
- la meilleure variété est la «az-zâhi», à la graine brillante dorée et fine;

طبع الحبوب ومركب الغـــــذا ومـــا له نفــم ومــا له اذى 26. لدى الحواضير وعند العسرب من كل ما يجنى من المقتــــات 27. 28. وغياك المأكول من لحميسان 29. من طيب يرضيه ومن مذموم وما يجيسه طعمسسه للاكل 30. أمرا كثير النساس عنسه ساه 31. 32. تذهب أمراضيها بدت خسيسة وفي المسماكن ومأوى الناس 33. 34. 35. واستحال الوهاب نيسل الارب فهدو المسرجي لبلسوغ الطلب وما أتى في طبعهـــا الطلبوب 36. وهو من كل الحبوب الحسيين 37. 38. وكل نفسم من قسسواه يرتجي 39. المرتبيين بشكله الحدوديي

وكل قوت في اصمطلاح المغرب وخضير وغيالب المقتيات ويقلهب البرى واليسب أني ومن فسيواكه على العميسوم ومسا يخص اللحم من تسوابل وربما نذكر من ميسسياه تتعيه أدوية نفسييية كما نجيد القــول في اللباس ونيسيط التعبير في المقسال القول في المأكول من حيـــوب القمح في المسزاج حسر لين يلايم الطبع ويصبيلح العجبا أفضيله الزامى النيير الذهبى

# LEXIQUE

Le chaud, relatif au tempérament (V. principes de la M.A.).

لىن «doux»; relatif au tempérament. (V. principes de la M.A.).

يصلح الحجا 38 .٧ : Aphrodisiaque.

V. 25 عب عبوب : Graine, sous ce terme, l'auteur réunit sans distinction céréale et légumineuses.

القمح V. 36 : Le blé (céréale).

- 10. Merveilleuse, elle reluit de la beauté de ses fleurs et réjouit la vue.
- 11. Et combien les parcs des palais ont brillé de sa rosée matinale ! matinale !
- On reste bouche bée devant ses fleurs parfumées couvertes de perles de pluie;
- 13. Et les épis se chargent, de graines dans un modèle rappelant celui des atomes;
- Ses fleurs sont de variétés différentes.
- Ici des couronnes, là des cônes, ici des bonnes odeurs et là des beautés.
- 16. Les abeilles ont chanté dessus, inspirées par le Tout-Puissant.
- Et toutes les plantes, herbes et arbres, furent crées avec sagesse par le Dieu des hommes,
- Et le Miséricordieux n'a rien crée inutilement, comme terres sauvages et cultivées.
- A chaque saison Il nous procure une nourriture, Louanges à Lui, Il a comblé ses serviteurs de bienfaits.
- Nous Le remercions pour Ses dons et croyons à la résurrection après la mort,
- 21. Et sommes persuadés que le mal n'est guéri que si cela est écrit
- Enfin, les prières et le salut éternel sur l'envoyé et le dévot Mohamed.
- Ainsi que sur les siens, ses compagnons et ses disciples, autant de fois qu'il a plu sur les terres.
- Le but de cette oeuvre est de citer le tempérament de nos aliments utilisés,

راثعية تجلى تجلى الزهيير تسدى الســـرور وقت مد البصر تزهسو بدر بردها المسسون كم أصبحت عرائس القصيصور 11. وافتر ثغير بنسورها المعطسار مسكللا باسؤلؤة الأمطسسار 12. 13. أبدت سيستنابل تحيط بالثمسر في نسسق تحكي عقودا من درر نوارها مختلف الاشبيكال يمسموعلى قلائد الابتسالي 14. 15. من ذي أكاليل وذي أبسسواق وذي مداهن وذي احسداق غنى عليه النصب الزامس عن امر من يقهس كل أمسس وكل نبت من حشيش أو شيجر خلقيه بحكمة رب البشييير 17. ما خلق الرحمسان شيئا عبثا من كل برى وما قد حسيرثا 18. 19. برزقنا في كل فصمل نعمسا سمسيمانه عم العباد كرمسا تحمينده حميست مقيين بالنعم المعسترف يبعثينه بعسد العسيم معتقدا أن ليس يذهب المسمور الا الذي أجرى القضماء والقدر 21. ثم الصلاة، والسلام السمسرمد على الرسمول المنتقى محمسد واله والمسسحب والاتبسياع ما انهل وابل على البنسسام .33 24. وبعد فالقصيد بهذى الجمل ذكر منزاج قسوتنا المستعمل

- Au Nom de Dieu, le Clément, Le Miséricordieux, que Dieu benisse notre Seigneur Mohamed et les siens..
- Gloire à Dieu, Le Sage et Le Guide, Qui inspire la guidance à chacun des dévots,
- Qui fait tomber la pluie du ciel et apporte la nourriture à la Végétation.
- 4. Louanges à Celui qui a crée les vents utiles à Ses serviteurs,
- Qui envoye les vents porteurs de pluie de Ses mains de Grâce débordante.
- les faisant sortir du plus profond des nuages, chargés des nouvelles les plus merveilleuses,
- Amenant une pluie aux mains généreuses, à tous, présents et absents.
- 8. Arrosant les terres mortes et leur offrant un secours idéal.
- La terre se pare alors d'un bel habit vert et se pavane dans son vêtement de soie.

ولمنحه من أمسى له مشـــتاقا كحل به الجفـــون والاحــداقا . 47. فقـــد حبــاك انه في التعبير من جودة التحــرير في التقرير . 48. ما بهـــر الالباب والاســماعا لازات شــيخا شــامخا نفــاعا . 49. تقــرب الاقصــي بلفظ موجــز وتبهـــط البنذ بوعـــد منجز . 50 بجــاه صــاحب اللوا والتاج بادى المســناء قمــر الديباجي . 51 مـــالي ويــان وهمى . 52 مـــالي عليه ربنا وســـالي الرياض ويــان وهمى . 52 التهى الســـؤال وســـيليه الجواب

واشالموفق للصيواب يسم الله الرحمن الرحيم وصلى الله على سيبنا محمد وآله 1. الحمد ش الحكيم المرشحيد الملهم الرشيد لكل مهتد 2. المسنزل الغيث من السماء المرازق الاقهوات غلنمهاء 3. 4. مفيك عباده صادم سلبحانه وسلخر الرياحسا وأرسل اللواقع العظيمة بين يدى رحمتسه العميمة 5. فاطلعت من غمير السحائب مبشيرات جمة العجياب 6. تحميل غيثنا سيابغ الايادي ليكل حاضيير وكل سيادي 7. سيعقت لعبيقي بلد ميوات أحيت بغيث شــــامل مـوات 8. فاخضىرت الارض بحسن مليس رافلة في حلل من سيسندس 9.

- ô maître, fais nous un poème au sujet de la science des aliments..
- Indiques ce qui est lourd et ce qui est léger, ce qui convient aux sujets maigres et aux corpulents et ce qui convient selon les saisons...
- Parle nous des condiments ...
- Et tiens compte de la constitution des gens : âge et «tempérament»...
- Quels sont les meilleurs horaires pour manger ?
- Si, lors d'un festin, il y a plusieurs mets, par quoi devrions nous commencer et qui ya-t-il pour favoriser la digestion ?
- ... Ne négliges aucun aliment aussi bien solide que liquide : les légumes, les fruits secs et les fruits frais ..
- -- quelles sont les meilleurs eaux de boisson et ya-t-il un moyen d'en déterminer le poids ? ..
- Que penses-tu du fait que les aliments au levain soient à éviter et que les azymes soient à consommer de préférence ?
- Parle-nous des viandes et des laits.
- Qu'est ce qui nuit à la mémoire et quels en sont les remèdes, de même que pour l'intelligence ?
- Parle nous de ce que améliore la voix ..
- Dis nous ce qui favorise la puissance sexuelle..
- Parle nous des habitations et de leur aération.
- Et termines en nous citant le necessaire de voyage.

لازلت في العلوم مسمسكي الشذا 31. ما ضبر أن تحكمه احسكاما 32. رعيا لحال المتتر الكثيب 33. قيـــده ان ذا لــه محــل 34. 35. ما حال من عنه غفرول لاه أفض علينا النقل فيه فيضا 36. بمقتضيى المسوية الأمساكن 37. عما ترى يصلح في الاستقار 38. 39. والفصل لا يضرر أن تعتبره راي شهه من عسلاج يذهب 40. 41. عما ذكرت لا أراه يسممسمو 42. 43. والخير من أبوابه رمسسدت من مستفيد جاهل ومن مفيــــد 44. 45. وجد كل الجد في الجـــاهدة من كل ما قررت في الــــكتاب .46

وكل ما يناسبب القساما واعمد لما يسمسهل في التركيب وكل ما القصوى به تنصل واقصيد بذا نفع عياد الله وما بليدة النكياح ابضيا وأحكم على الثياب والمساكن واخيم فيتك النفس بالاسيطار من مأكل دهن لحفظ المسيدره في كل هــذا والعنــاء والتعب والقطين في الصيماخ للرياح ومن رأى ان السؤال وصيم لأننى ادرى بمسسا قمسدت فبالسيقال العلم يسمو ويزيد بجــد ما يلهى عن الســـاعدة نى كتب ما أملت من جــــوابى

# LEXIQUE

V. 31 المنى : Le sperme.
 V. 32 المنا : L'erection.

V. 37 اهوية المساكن: L'aération des habitations.

V. 38 سفر ــ اسفار Voyage.
 V. 39 دهن : Graisse.
 V. 40 علاج Remède

: La fatigue.

V. 41 : Le coton.

: Le conduit auditif externe.

وأمنن بمسد البسساع والبنسان في اللحم فصل فيه والالباسسن .24 واحكم على كل مسزاج بالذي منه يوافق طبساع المغتسدي 25. والحفظ ما ضيرله التصيدي وقيد علمت غرضيي وقصدي 26. فيسه وفي الفهم فما العسلاج حاش تضسن بالذي احتساج 27.

28. ولتبعد ما يحسمن الصوت ففى سماع حسن الصوت ما يجدى وفى ممايه يقيوي على النكام .29

بالله في الكلام بالافصــــاح ومن تعسيرض عن النسيساء ماذا يواتيسه من السيدواء ؟ .30

# LEXIQUE

غذاء ـ اغذىة V. 5 : Aliment.

الضعف 7.7 : Le sujet maigre, faible. الجسيم : Le sujet corpulant, gros.

: Condiment, épice بزر \_ ایازیر

V. 10 الزاء : Le tempérament, (V. principes de la médecine arabe) : Le tempérament, le «caractère» (V. princi-طبع ـ طباع V. 12 pes de la M.A.).

V. 14: الهضم La digestion.

V. 15 فاكهة : Fruit....

: Sec. النس طرى: Frais.

حامد V. 19 : Solide. Liquide. مائع

. Légume : خضرة - خضر

.Fruit : ثمرة \_ الثمار

: Eau.

خمير ٧.22 : Fermenté (au levain).

غطب: Azyme sans levain). اللحم 24 .٧ : La viande.

: Lait : العان

: La mémoire (faculté d'apprendre). V. 26 الحفظ الفهم V. 27 : La compréhension, L'intelligence.

: La voix. الصوت ٧. 28

النكاح 29 ٧. : Le coît, l'acte sexuel.

#### TRANSCRIPTION

# يسم الله الرحمن الرحيم وصلى الله على سيدنا ومولانا محمد والله • قال الشيخ الامام القدرة الهمام المتيرك به حيا وميتا سيدى الصالح ابن المعطى رضى الله تعالى عنهما ونقعنا بهما أمين •

التزيي

المنزيا بمسسرايا المسسرق باشمخنا النصرير حلو المنطق 1. كما سيسما الدهر به وزانا يا من علا الاتراب والاقسرانا 2. ومن غدا لحسسنه كالبسدر يا نجل شعقرون الجليل القدر 3. 4. به ازدهت قضسبها الماسسة با من غدت كناسه مكناسيه قيد لنا في الطب ما الأغــــذية ارجوزة جيدة سينية 5. فهو من العقب النهديد ابهى من نظمك العسدب البليغ الأشهى 6. منها أو ما يناسب الضعيفا بين لنا الثقيــل والخفيفــا 7. فعلمها علم عظيم المنفعـــــة او الجسميم في القصول الأربعة 8. وراع حسال النساس فهو الأليق وفى الأبــازير التى تــوافق 9. فــاننا للـكل في احتيـاج بحسب الاستنان والزاج 10. كمسا تراعى مصسلح الردية وأجسود الأوقسات للأغسنية 11. وما يوافق الطبياع منهيا وضيدها كيما نحد عنهيا 12. من كل ما يشب تاقه الانسان وان بناد حضرت السوان 13. وما ترى الهضم به يهممون بأى شــــىء بدؤه يكـــــون 14. وأي شيبيء في الفيواكه التي 15. توصف بالبيس أو الرطبوية أحق بالتقديم مهما حضسرت 16. مع الغسدا انواعها قد كثرت صحفها على الترتيب أنت أعرف 17. وبالصديق والسرفيق اراف كيما تعم جماة الغسداء واستحضر الذهن للاسيتقصاء 18. ويابس الثمار بل حتى الط. ي من جسامد ومائع وخضـــــر 19. وأى شميء في المياه اجميود شسربه في كل وقت يحمسك 20. وما الدليسل في اختسسلافه على ما خف منے مےیزنہ بجتلی 21. وما تنشهها عن خمير مختمر 22. يحضر والفطير منه منتشير ايا تقسم وما لم يخطسسر في البال تممه لنيسسل الوطسير 23.

# L'OEUVRE PROPREMENT DITE

- ROCHAIX A. et SEDALLIAN P. et SOHIER R.: Traité d'hygiènne. Masson et Cie, 1946. T.J. pp. 273 470.
- RHEM P. L.: Encyclopédie médicale Quillet, pp. 1249 1338 et pp. 1399 1478. Librairie Aristide Quillet, Paris, 1922.
- VIGUIER G.: Hygière et prophylaxie, pp 6 7—83 et pp. 85— 105 et p. 109. Ed. Maloine S.A. 1978.
- VARA TORBECK R.: Ce que l'Occident doit à la médecine arabe, dans Bull. Informations UNESCO No. 749 — 750, 1980.

- Le Mustaïni d'Ibn Beklares, Hesp. 1930, T.X., fasc. II, pp 135 — 150.
- Nouveaux manuscrits d'Avenzoar, Hesp. 1931, T. XII, fasc. I, pp 91 — 105.
- Suite à l'urgùza d'Avicenne sur la médecine, Hesp. 1931,
   T. XII, fasc. II, pp. 204 228.
- RENAUD H.P.J.: L'enseignement des sciences exactes et l'édition d'ouvrages scientifiques au Maroc avant l'occupation européenne. Encyclopédie Hesperis, 1932, T. XIV, fasc. I. pp. 78 89.
- RENAUD H.P.J.: Un problème de bibliographie arabe: Le Taquwim al Adwiya. Encyclopédie Hesperis, 1933, T. XVI, fasc. I et II, 1er et 3ème tr., pp 69 — 98.
- RENAUD H.P.J.: Un médecin du royaume de grenade:
   Mohamed As-Saquri. Encyclopédie Hespéris, 1946, T. XXXIII,
   1er et 2ème tr., p. 31 64.
- RENAUD H.P.J.: Les manuscrits arabes de la bibliothèque de Rabat relatifs à la médecine, dans Bull. soc. franç. d'hist. de la médecine. Juillet — Août 1923.
- RENAUD H.P.J.: De queiques acquisitions rescentes sur l'histoire de la médecine arabe au Maroc dans les actes du Congrés internat. d'hist. de la médecine, Genève, 1925.
- RENAUD H.P.J.: Etat de nos connaissances sur la Médecine ancienne au Maroc, Bull. de l'instit. des Hautes études Maroc. n°1, Dec. 1920, E. Larose, Paris.
- RENAUD H.P.J.: et COLIN G.S.: «Tohfat al ahbàb» ou glossaire de la matière médicale marocaine. Librairie orientaliste Paul Geuthner, Paris, 1934.
- RENAUD H.P.J. et COLIN G.S.: Glossaire sur le Mansuri de Rhazès par Ibn al-Hachcha.

- GUINAUDEAU Z.: Fès vue par sa cuisine. Ed. Laurent, Oudaia, Rabat, 1957.
- HAHN A. et DUMAITRE P.: Histoire de la médecine et du livre médical (à la lumière des collections de la bibliothèque de la faculté de médecine de Paris). Ed. Pigmalion Olivier Perrin. Paris 1978.
- IMBEAUX E.: Qualités de l'eau et moyens de correction. Dunod, Paris, 1935.
- KASIMIRSKI (De BIBEN STEIN): Dictionnaire arabe-Francais.
- LECLERC L.: Histoire de la médecine arabe. Les traductions du grec. Les sciences en Orient et leur transmission à l'occident par les trad. Latines. Tome I. Leroux, Paris, 1876.
- LECLERC L.: Traité de la matière médicale arabe ou «Kashfer-Roumouz» du médecin algérien du 18ème s., Abd ar-Razzàq al Jazàiry. Trad. et annoté, Paris Baillère 1874.
- LEDERER J.: Encyclopédie moderne de l'hygiène alimentaire.
   T.I., pp 9 42, T. II, p 252, T. III, pp 486 487. Ed. Nawelaerts, Bruxelles, 1971.
- MERCIER H.: Dictionnaire arabe-Français. Ed. La porte, Rabat. 1951.
- POTZEYS F. et SHOOFS F.: Traité de technologie sanitaire.
   Tome I.
- PASQUALINI H.: Contribution à l'étude de la médecine traditionelle au Maroc. Thèse de doctorat en médecine Bordeaux, 1957.
- RENAUD H.P.J.: Trois études de la médecine arabe en Occident. Encyclopédie Hespéris:

- AMMAR S.: En souvenir de la Médecine arabe, quelques un de ses grands noms. Imp. Bascone, Tunis, 1965.
- BARIETY M. et COURY C . : Histoire de la Médecine. Ed. Fayar, PARIS, 1963.
- BEAUCIER M.: Dictionnaire pratique arabe-Français (arabe parlé algéro-tunisien), Alger, 1887.
- BELLAKHDAR J.: Médecine traditionnelle et toxicologie Ouest Sahariennes. Ed. Nord-africaines, Rabat, 1978.
- COLIN G.S.: Fichier linguistique et documentation laissée par l'auteur servant de base à la rédaction d'un dictonnaire Arabe (parlé au Marce) — Français à l'I.E.R.A. de Rabat.
- DOZY R.: Supplément aux dictionnaires arabes, Leyde-Paris, 2° éd. 1927.
- EL ALAMI A.: L'Islam et la culture médicale, médecine et biologie dans leur rapport avec l'Islam. Thèse de doctorat en médecine, Rabat, 1979.
- EL KHACHANI M.: Les grands tournants de la médecine arabe. Thèse de doctorat en médecine, Rabat, 1979.
- FARAJ A.: Relations médicales Hispano-Maghrebines au 12ème s. Ed. Véga, Paris, 1935.
- GERNEZ, RIEUX et GERVOIS: Médecine preventive santé publique et hygiène. Flammarion, 1976.



aire est définifi à partir de là qu'un style d'habillement est adopté, et c'est encore sur cette base que les remèdes sont prescrits. Annsi, pour être en mesure d'apprécier la rigueur scientifique dont fait effectivement preuve, tout au long de l'oeuvre, le professeur, il faut absolument prendre en considération ce principe de base. Ce point limite d'ailleurs les possibilités d'analyse et les comparaisons à la base des connaissances modernes mais malgré tout il persiste, dans l'application pratique des points de discution qui nous ont permis de conclure que :

- si certains aspects annoncent la science moderne, tel est le cas, dans le domaine de la chimie, de l'interessant chapitre des eaux de boisson, par exemple.
- et si certaines données sont encore reconnues et même exploitées de nos jours comme c'est le cas des propriétés curatives reconnues à certaines plantes.
- les lacunes existent aussi, en rapport, les unes avec les limites des connaissances, propres à cette période de l'humanité (exemple la méconnaissance des micro-organismes), et les autres, avec le déclin même de cette médecine qui est effectif à l'époque de composition de l'oeuvre et qui se manifeste par certains jugements par trop subjectifs et par des passages, heureusement très rares dans la «Shaqriniah», qui introduient des concepts de magie et de superstition dans la médecine; c'est ceci qui ramenera peu à peu cette médecine au rang de médecine traditionelle.

Cette oeuvre montre, et ceci est notre conclusion finale, l'irrportance donnée au sein de cette médecine à l'hygiène dans son
sens large, et malgré ses limites, la «Shaqrùniah» a le mérite de
nous ouvrir une «fenêtre» sur la médecine arabe pour ce qui est
de ses principes, de son raisonnement et de ses préoccupations;
cette aspect nous a permis d'en faire un rapprochement avec les
médecines orientales (acupuncture, marcrobiotique,) qui sont elles
aussi basées sur l'étude des quatres éléments de la nature et qui
se fixent elles aussi pour but le rétablissement d'un équilibre, en
l'occurence l'équilibre entre le «Yin» et le «Yang»; ainsi, il n'est
pas éxclu, que parallèlement au regain d'importance que cannaissent ces dernières de nos jours dans les pays Occidentaux, la médecine arabe ne connaisse, elle aussi, une réactualisation et soit
de nouveau réabilitée.

tiré de tous ces éléments et ce, en harmonie avec le contexte géographique et les possibilités techniques de l'époque.

L'auteur commence ainsi l'oeuvre par un chapitre de diététique trés complet dans lequel il aborde entre autres l'étude de plus d'une cinquantaine de produits végétaux (fruits et légumes) dont certains sont trés spécifiques au Maroc, d'une vingtaine de plats cuisinés et de pâtisseries, pour la plus part encore préparés de nos jours (les ingrédients en ont été précisés dans le lexique) et d'une manière générale il montre le rôle primordial que joue l'alimentation dans la santé de l'individu.

A ce dernier, fait suite le chapitre de l'hygiène des vêtements dans lequel le professeur, à travers, l'étude des tissus naturels nous fait découvrir des propriétés insoupçonnées des vêtements aussi bien préventives que curatives.

L'auteur aborde ensuite l'étude de l'hygiène des habitations à travers laquelle il montre comment tirer le maximum d'aventages de la simple adaptation de l'architecture, du site et de l'exposition pour satisfaire aux nécessités de l'homme.

Enfin, et pour clôre le domaine de l'hygière, l'auteur traite quelques points de l'hygière du voyageur, et, à condition de la replacer dans son contexte, cette étude ne manque pas d'interêt. Dans ce chapitre nous avons pu découvrir quelques remèdes natureis de la médecine arabe en générale et de la médecine marocaine en particulier nous rappelant les courts chapitres résèrvés à la thérapeutique par les simples, (dont une étude a été ébauchée dans le lexique par la précision par exemple des dénominations latines).

En faite, vu la grande richesse de cette oeuvre nous n'avons pas pu faire une analyse complète de toutes les données cependant, rappelons que, d'une manière générale, la «Shaqrùniah» est basée sur le principe de la médecine grecque ancienne et ce dernier repose sur le fait que toute matière est composée des quatres éléments, (y compris le corps humain), et préconise l'équilibre entre ces constituants pour atteindre l'état de santé. C'est à partir de là que les alimeints sont décrits, c'est à partir de là que le régime aliment-

#### CONCLUSION

Finalement, ce travail nous amène à conclure sur, d'un côté la «Urjùzah Ash-Shaqrùniah» elle même et son auteur, de l'autre sur ce qui est sa base de référence, la médecine arabe.

En faite, avant d'avoir eu accés à la «Shaqrùniah» dans sa profondeur réelle, nous avons d'abord été amené à éclaireir ses bases et à retourner à ses sources; ceci nous a permis de découvrir la médecine arabe qui est, de par ses principes de base, l'héritage de la médecine grecque ancienne, redécouverte par les musulmans iors de leurs conquêtes, adoptée à leurs nécessitées et imprégnée par leur génie propre et de ce fait, promue au rang de médecine officielle à travers le monde pendant des siècles, avant de peu et parallèement à l'empire musulman, connaître le declin et ce dès le 13ème siècle; d'ailleurs comme preuve du rapport étroit qui éxiste entre cette médecine et l'isiam notons, dans la «Shaqrùniah», le style même de composition débutant et se terminant par des louanges au Seigneur.

Grâce à cette oeuvre, authentifiée par des manuscrits bien conservés et une lithographie rescente ainsi que par les écrits d'historiens célèbres, passés et contemporains, le médecin marocain 'Abd al Qâdir Ibn Shaqrùn nous offre un des derniers témoignages, digme de ce nom, de cette médecine.

L'oeuvre, écrite dans un style agréable et simple, sous la forme «rajaz» pour des fins didactiques, a, deplus et surtout le mérite d'être un véritable traité d'hygiène qui préconise l'utilisation de tous les éléments du milieu extérieur (aliments, vêtements, habitations, climat.) pour assurer à l'homme son équilibre physique; à ce propos le professeur montre comment le meilleur parti peut être exemple, dans les voyages aériens, le confort est assuré et c'est la vicesse, l'attitude et les vibracions qui sont la source des inconvenients a prevenir. Cependant, le professeur evoque un point encore actuel, le mai de mer, pour la prevention duquel il conseille la purgacion et qui est accuenement assimile aux «mai des transports» en general que i ou previent par la prise, avant le voyage, d'antihis-cammiques de synthèse.

Une deuxième originalité tient au fait que l'un des principaux soucis est, comme d'ameurs tout au long de la «shaqriman», de maintenir chez le voyageur l'equilibre du tempérament et ceci est d'autant pius pressant que cemi-ci est constamment expose aux agressions exterieures (cimatiques et autres). C'est dans ce but que le professeur cue, selon les necessites, différents produits et amneus refromissants, numidinants, rechauntains... et, concernant ce deuxième point, il n'y a pas de discussion possible vu que cela se réclaime du principe mente de la medecine arabe.

Quelques points de comparaison persistent malgré tout, en effet. en cas de voyage de longue duree, il est encore classique de prevoir une petite pharmacie contenant des produits de première necessité; deplus et à ce propos, il est aussi question dans la «Urjuzan» de quelques produits preventifs qui ont leur correspondant moderne comme cette preparation destinée a protéger le visage contre le soleil V. 631 - 632 - 633 et qui rapeile les crèmes solaires, ou cette autre préparation V. 657 — 658 qui rappelle les pommades révulsives (utilisées en général contre les moustoiques) et qui est préconisées ici pour la prévention des poux, enfin, cette autre préparation à ajouter aux eaux de boisson V. 653 — 654 — 655 que le professeur certes prescrit pour dépoluer l'air ambiant, mais dont l'utilisation pourrait être double car, vu ses constituants, ail, orgnon, vinaigre,...), elle ressemble beaucoup à une préparation antisetique dont l'emploi serait largement justifié si on se rappelle les dangers de l'eau, surtout à l'époque.

Ainsi, à condition de replacer l'oeuvre dans son époque et dans son contexte médical, il nous est encore une fois possible d'apprécier la richesse de ce chapitre. préoccupations importantes non mentionnées par l'auteur; c'est le cas par exemple :

- de l'ensoleillement (qui, est actuellement reconnu pour son rôle antiseptique et qui, par l'apport des rayons U.V., permet la synthèse de la vitamine D par le corps...);
- de la lutte contre l'humidité (pour la prévention de certaines maladies comme la tuberculose);
- des installations sanitaires et de la propreté d'une manière générale.

Cependant nous ne pouvons reprocher au professeur d'avoir voulu restreindre son sujet à quelques points particuliers.

Dans ce chapitre, l'auteur a montré comment adapter au mieux les habitations, aux besoins humains et ce par le simple choix de l'architecture, du site et de l'exposition. N'oublions pas cependant pour apprécier ses dires à ieur juste valeur de les replacer dans leur contexte : l'époque et la situation géographique.

# A props de l'hygiène du voyageur :

Après l'hygiène alimentaire, l'hygiène du vêtement et l'hygiène des habitations, le professeur Ibn Shaqrùn aborde, pour être complet, l'hygiène du voyageur; notons que ce domaine est également pris en considération dans les traités modernes d'hygiène, car en effet, l'homme, en voyageant, est amené à changer son mode de vie habituel et à s'exposer à des conditions extèrieures particulières susceptibles de nuire à sa santé.

En faite, ce qui limite les comparaisons avec les connaissances modernes c'est que l'éxposé du professeur est doublement original :

Une première originalité tient au mode particulier de voyage de l'époque (marche à pied, à dos d'animaux,...) qui demande beaucoup de la part du voyageur.. affronter le climat, prévoir ses provisions de nourriture. Sur ce premier point, les conditions ont changé et avec elles les précautions et les mesures d'hygiène; ainsi, par tente alors qu'il existe actuellement des moyens permettant l'écoulement de l'air dans les chambres. La théorie prévoit une amené d'air frais et une ouverture d'échappement située en hauteur (2/3 de la hauteur du mur), pour permettre l'élimination de l'air vicié qui, plus chaud que l'air frais, 'tendance à monter; l'écoulement doit se faire à une vitesse optium de Om 50/s.

Dans la pratique, les techniques sont nombreuses et plus ou moins sophistiquées ( ouvertures spéciales, cheminées spéciales,...) pour les appartements il existe des réseaux de conduits d'air dans lesquels l'air est en même temps climatisé...).

A propos du climatisme qui est «l'ensemble des constatations et déductions tirées de l'étude des climats en vue de leur application pratique à l'hygiène et au traitement des maladies» (Larousse), l'auteur en parle comme d'une préoccupation quotidienne qui doit être prise en considération par le choix du site et de l'éxposition des habitations.

#### Deux points sont soulevés :

- Les bienfaits de l'altitude où l'air est effectivement pur;
- l'exposition aux différents vents en fonction des necessités et à ce propos, nous voyons une fois de plus l'éxtension du principe des éléments aux vents.

Bien qu'un peu négligée dans la vie moderne, cette science éxiste et a déjà fait ses preuves notamment dans le domaine de la thérapeutique; rappelons, à titre d'exemple :

- La cure d'altitude pour les asthmatiques, les coquelucheux, les bronchitiques.
- L'altitude combinée à la cure de soleil dans les anciens sanatorium pour tuberculeux..

Ce ne sont là, comme nous l'avons dit, que quelques points de l'hygiène des habitations, en effet, ce domaine présente d'autres tion par la simple adaptation de l'architecture (larges portes, ouvertures étroites, etc...).

Il semble d'ailleurs que le principal souci de l'auteur soit la lutte contre le chaud ce qui s'explique aisément si l'on replace l'oeuvre dans son contexte géographique (la région Fès — Meknès à un climat continental aux étés torides).

Si l'auteur ne parle ni de moyens de chauffage ni de refroidissement, si modestes soient-ils, c'est à notre avis, pour d'avantage mettre l'accent sur les possibilités de la seule architecture; cette denière rappelle d'ailleurs la maison marocaine typique, (aux très petites fenêtres donnant sur l'extérieur et aux chambres largement ouvertes sur une cour intérieure ), qui s'adapte parfaitement au climat local.

A propos de l'aération proprement dite, l'auteur n'en fait qu'une seule allusion, et ce en parlant des tentes V. 619 où «l'air, ditil, ne stagne pas, ce qui le rend exempt de putréfaction».

Nous savons en effet, que l'air qui stagne dans une pièce habitée, subit une viciation par :

- La respiration de ses occupants qui augmente le taux d'anhydride carbonique (CO2) rendant l'air peu à peu irrespirable (la proportion convenable pour un air d'habitation pur est de 0.3/ 1000), qui augmente la teneur de l'air en humidité et élève la température, génant les échanges cautanés;
- les autres phénomènes naturels tels que la transpiration, les gaz intestinaux etc ... qui chargent l'air de matières volatiles et d'eau.
- les autres causes de pollution qui sont la poussière, les appareils d'éclairage et de chauffage (ces derniers pouvant même dégager des gaz mortels comme l'oxyde de carbone (CO), etc.. Tous ces racteurs justifient le terme de «putréfaction» de l'air utilisé par A. Ibn Shaqrin.

Cependant, le seul moyen cité par l'auteur est la vie sous la

couleur qui intervient, les couleurs claires étant les plus efficaces dans la protection contre les rayons solaires.

La protection contre l'humidité est assurée par les habits imperméables.

Enfin, les chaussures et la coiffure font eux aussi partie du «vêtement» et doivent être adaptées selon les circonstances.

De ce qui précède, nous pouvons relever, dans la pratique, quelques points communs; ainsi, la laine, classée comme «chaude» dans la «Urjūzah» est considérée effectivement comme habit d'hiver selon la théorie moderne et le lin, jugé comme «froid» dans la conception classique est un habit d'été selon la conception moderne. La seule contradiction est celle à propos du coton qui selon la théorie moderne, constitue une protection contre la chaleur...

Cependant, rappelons encore une fois que la divergence entre les deux conceptions limite l'analyse de l'une par l'autre et finalement elles pourraient même fort bien se compléter notamment par le rôle thérapeutique attribué au vêtement dans la conception classique..

### A propos de l'«aération» des habitations :

Dans ce court chapitre, intitulé « aération des habitations », l'auteur soulève en faite différent points interressants de l'hygiène de l'habitation : La climatisation, l'aération proprement dite, et un domaine original qui est le climatisme.

La climatisation des habitations est une des grandes préoccupations du domisme et cela apparaît d'ailleurs comme le premier souci de l'auteur. De nos jours, le sœul moyen proposé est l'utilisation d'appareils de chauffage ou de refroidissement de l'air et il est inutile, d'énumerer ici les innombrables possibilités qu'offre la technologie moderne en cette matière.

L'originalité de l'auteur tient à ce fait qu'il propose une solu-

comprend ce chapityre, il n'y a pas de doute qu'il s'agit là d'une étude de spécialiste.

#### A propos de l'hygiène du vêtement :

Nous présenterons le noint de vue classique ( celui de la &Urjùzah») puis le point de vue moderne, et nous concluerons par quelques données comparatives.

## Dans ce chapitre, nous voyons :

— d'un côté l'extension du principe des éléments aux tissus et aux vêtements, qui pourront être adaptés au «caractère» des individus pour maintenir l'équilibre du «tempérament» et prévenir ainsi l'état de maladie; — de l'autre, et à côté de ce rôle préventif, le rôle thérapeutique attribué à l'habillement et ce, aussi bien vis à vis de maladies externes (telles que les parasitoses cutanées...) que vis à vis de maladies internes, neurologiques et autres; ces données mériteraient en faite, d'être expérimentées.

La science hygiènique moderne, résèrve elle aussi une place à l'hygiène du vêtement, copendant ses préoccupations et ses critères sont tout autres.

Le vêtement, selon cette conception, joue essentiellement un rôle préventif et ce, par la protection qu'il procure au corps (mécanique, contre le froid, le chaud et l'humidité); il doit de plus, obeïr à la condition de ne pas gêner les fonctions de la peau (l'évaporation, la respiration, l'élimination des sécrétions, etc ....).

La propriété d'isolant contre le froid est attribuée à la proportion d'air au sein du tissu dans lequel est taillé le vêtement; plus un tissu contient de l'air, meilleur isolant il est; ainsi, les lainages qui renferment 95% d'air, représentent l'habit d'hiver idéal.

La protection contre le chaud se fait grâce aux tissus qui permettent au mieux l'évaporation cutanée; il s'agit des tissus très perméables à l'air; c'est le cas du coton et du lin per exemple, qui sont donc adantés à l'été. A ce propos, il va aussi le rôle de la Le passage proscrivant l'eau conservée rejoint ces données «microbiologiques»; en effet, une eau non stérile est putrécible après quelques jours à cause de la pullulation des microorganismes qui s'y trouvaient à l'origine, et elle peut être cause de troubles variés et plus ou moins graves selon la nature de ces microbes et leur virulence.

Cela rejoint enfin, à la fin du chapitre, la proscription de boire de l'eau en période d'épidemie.

Malheureusement, l'auteur ne donne aucune idée de la manière de pallier à ces inconvénients (ne serait-ce que le fait de bouillir l'eau par exemple...) quoi que dans le chapitre des voyages il cite une préparation à ajouter aux boissons et qui pourrait fort bien correspondre à un moyen d'aseptiser une eau douteuse (conferez au commentaire de ce chapitre).

En conclusion de ces trois points concernant les caractéristiques physiques, chimiques et «microbiologiques» des eaux de boisson, nous pouvons dire que l'auteur a fait le tour de la question, et ce sont là les trois critères admis de nos jours pour étudier les eaux.

Une remarque à propos de la supériorité de «l'eau courante qui se dirige vers l'Est...»: pour comprendre cela, rappelons qu'il existe un phénomène d'autoépuration des fleuves; en effet, «sept kilomètres en aval du point où se déverse l'eau sale (par exemple à la sortie d'un village), les cours d'eau ont déjà récupéré leur pureté; ceci se fait grâce à l'action antiseptique combinée du soleil, du brasage et de l'oxgène.. «(Encyclopédie Médicale Quillet). Ainzi, un cours d'eau qui se dirige vers le soleil levant présentant une plus grande «surface de contact» aux rayons solaires ferait effectivement l'objet d'une meilleure épuration...

Enfin, l'auteur termine sur un conseil diététique, au sujet de la proscription de boire de l'eau au moment du repas ou immédiatement après; ceci se justifie par le fait que l'eau dilue les sucs digestifs et contrarie ainsi la digestion.

Pour conclure, disons que, malgré les petites imperfections que

L'eau de pluie qui est citée comme «la meilleure» est, en effet, pure car elle provient directement de l'eau de mer par évaporation; quant à la remarque : «elle a été adoucie par l'eir ..», cela se justifie par le fait que l'eau de pluie s'enrichit de gaz lors de sa traversée de l'atmosphère. Le seul inconvénient à noter à propos de l'eau de pluie est sa pauvreté en sels minéraux, qui sera d'ailleurs compensée lors de son contact avec le sol.

Concernant l'eau des fleuves, elle est décrite comme «occupant le rang d'un aliment» et cette remarque rejoint, à notre avis, ce que l'auteur dit à la fin de ce chapitre, à propos de l'influence du terrain d'écoulement sur la qualité ( la composition ) des eaux; ainsi le «rang d'un aliment» serait dû à sa richesse en oligo-éléments; précisons à ce propos que, si le plomb est très justement condammé par l'auteur (nous connaissons actuellement l'éxistence d'une intoxication due à l'ingestion de plomb appelée «saturnisme»), le fer, par contre, et contrairement à ce qui est avancé dans la Urjùzah, est un élément indésirable et fait l'objet d'une élimination systématique dans le traitement moderne des eaux de distribution.

Toujours dans le cadre de la composition chimique des eaux et à propos de l'expérience V. 452, 479 qui permettrait de comparer le «poids» de deux eaux, nous ne voyons pas l'intérêt pratique d'une telle donnée et aucun ouvrage spécialisé n'y fait allusion; cependant cela pourrait peut-être se rapprocher de la notion de «dureté» d'une eau qui est la propriété que communique à une eau plus au moins grande teneur en sels calcaires et de magnésie...

Le troisième point de discussion est l'étude des maladies dues à l'eau et le terme moderne serait la «microbiologie» des eaux.

Nous voyons, à ce sujet, que malgré les limites des moyens d'investigation de l'époque, il ya une intuition quant à l'existence de maladies transmises par l'eau. En effet nous savons actuellement que l'eau peut transmettre de nombreuses affections aussi bien parasitaires (la bilbarzione, la distomatose, la filariose, etc...) que bacteriennes (la thyphoïde, ia dysenterie, le choléra etc...), ct la condamnation de «l'eau stagnante des lacs»... est parfaitement justifiée.

Pour finir, signalons que la magie est considérée comme une maladie dont l'effet serait traité par une résine d'arbre V.347 ce qui rappelle dans le chapitre des remèdes de l'intelligence le rôle bénéfique attribué à la dent de hyène portée en amulette V. 532 ceci montre l'introduction dans la médecine de superstition; cependant, ces donnés sont par bonheur très rares dans la «Shaqràniah».

Nous pouvons conclure, sur ces quelques points d'étude, d'une oeuvre riche, qui témoigne de la part du professeur d'une connaissance profonde des aliments et de leurs propriétés; cependant, parallèlement il apparaît un certain nombre de lacunes qui reflètent, les unes la limite des connaissances propre à cette époque de l'humanité ( notamment la méconnaissance des micro-organismes pathogènes), les autres le declin de cette médecine.

Mais encore une fois rappelons que l'analyse de la «Shaqrùniah» à la lumière des connaissances modernes ne peut se faire qu'avec des limites car cette oeuvre est basée sur une conception complètement autre.

#### A propos des eaux de boisson :

Dans ce chapitre concernant les eaux de boisson, nous avons ressorti essentiellement quatre points : Les propiétés physiques des eaux, leur composition chimique, les dangers de l'eau ( ou les emaladies hydriques) et quelques conseils diététiques.

Le professeur A. Ibn Shaqu'n commence par la description des qualités auxquelles doivent satisfaire les eaux de boisson; il cite à ce propos le gout, qui doit être agréable, puis la limpidité ou transparence.

En faite, pour être complet et parler d'eau potable dans son acceptation scientifique moderne, il convient d'ajouter deux autres propriétés physiques qui sont l'absence d'odeur et l'absence de couleur.

L'auteur aborde ensuite l'étude des différentes eaux selon leur provenance (pluie, fleuve, eaux souterraines,...) et il s'agit là en faite d'une étude chimique des eaux... position aux animaux carnivores ... Nous pourrions, pour terminer, illustrer cela par le dicton :

«Tu deviens ce que tu manges».

## Remarque à propos des données de physiopathologie :

D'une manière générale, les maladies sont toutes ramenées, selon le principe même de la médecine arabe, à un déséquilibre du tempérament et selon ce même principe des aliments seront préscrits pour le traitement; cependant, il est parfois possible de faire des rapprochements, ainsi :

 certaines données se rapprochent beaucoup de la conception actuelle et nous avons relevé deux exemples à ce sujet,

la paralysie faciale ( «al-laqwah» ) qui est décrite par le professeur comme étant due à un éxcés de «frod» et que évoque la paralysie a frigore également ramenée à un coup de froid,

- et l'hydropisie qui correspond à l'ascite et qui, parles différentes caractéristiques données dans la «Shaqrùniah» (due à une atteinte hépatique V. 227 et non compatible avec l'ingestion d'aliments salés V. 221, semble même correspondre plus précisement à l'ascite de cause cirrhotique.
- D'autres sont difficiles à interpréter et c'est le cas du phénomème de «l'obstruction» («as-sadad»), et de son orposé, la «désobstruction» («al infitàl») de certains organes (foie et rate) qui semble correspondre au phénomène de congestion de ces organes....
- Pour d'autres maladies enfin, bien qu'ayant des dénominations modernes telles que les « maladies rénales et hépatiques », l'«incontinence urinaire», les «calculs rénaux» etc ..., l'auteur n'en donne aucune précision, pas plus d'ailleurs qu'au mode d'action des alimente, prescrits pour leur traitement et dont l'action «bénéfique» n'est souvent justifiée que par la simple référence à ce qu'en «ont dit les sages»...

fèves viennent en premier et cette insistance du professeur nous a fait évoquer, outre leur lenteur de digestion, une maladie connue sous le nom de «favisme» qui consiste en une hémolyse aique, provoquée, chez des personnes prédisposées(1), par l'ingestion de fèves...

Le sucre, est lui aussi incriminé à plusieurs reprises par l'auteur qui parle même de prurit (un des signes possibles du diabête) provoqué par l'inçestion abusive de dattes V. 340; il n'omet d'ailleurs pas de signaler ses méfaits pour les dents.

Cependant, la liste est longue et nous ne pouvons pas passer en revue tout ce que le professeur a dit à propos de chaque aliment, comme éloges justifiées ou non, comme condamnations erronées ou bien à propos et comme omitions car une telle étude dépasserait le cadre de ce présent travail.

Pour términer ce commentaire purement diététique voyons quelques remarques interessantes :

- à propos de l'influence de la cuisson sur les aliments :

La nuisance de fritures, signalée à deux reprises dans la «Shaqrùniah» V. 99 V. 169 rejoint le fait que selon des auteurs modernes, les graisses cuites sont nocives et même cancérigènes (Encyc. moderne de l'hyg. alim. Lederer).

La propriété reconnue à la cuisson de détruire la « force nutritive» d'un aliment V. 147, pourrait être rapprochée de la notion moderne de destruction des vitamines.

— à propos de l'influence de certains aliments sur le comportement de l'individu V. 166, V. 128, V.322, il est aisé d'adherer à cette thèse si l'on se rapelle que beaucoup de drogues son des végétaux, et, sans aller jusque là, nous utilisons quotidiennement dans notre alimentation des modificateurs du comportement comme le thé, le café, ... et de la à étendre cette constatation aux aliments proprement dits, il n'y a qu'un pas; pour appuyer cela, il suffit d'observer chez les animaux herbivores ce calme relatif par op-

<sup>(1)</sup> Déficit enzymatique en Glucose - 6 - phospha - Deshydrogénose.

tringent et qui est actuellement encore reconnu pour son efficacité, spécialement contre les diarrhées du nourrisson. «Cette action est imputable, d'une part à la pectine et au tanin des gousses, d'autre part aux mannanes et aux galactanes des graines» (Jamal Bellakhdar Med. trad. et toxicol. O. Sahar).

Il en existe même des spécialités pharmaceutiques : «Caruba», «Arobon»,...

A rattacher à ce dernier, la pomme est aussi, à juste titre, reconnue comme astringente V. 260.

Cette propriété, due à sa richesse en pectine, justifie sa prescription dans la diarrhée du nourrisson.

 Pour certaines propriétés concernant d'autres aliments, nous avons tenté de donner une justification scientifique, ainsi :

Des aliments, décrits comme ayant la propriété de «renouveler le sang» ou de «donner des couleurs» (nous avons crupouvoir ramener ces deux propriétés à une seule et même raison : la meilleure production de globules rouges), et il s'agit en l'occurence du riz, du pain de blé, des dattes, des oignons, ils se sont révélés avoir tous un point commun qui est leur richesse en un élément essentiel au métabolisme de l'hémoglobine du sang : le fer ...

Certains aliments décrits comme aphrodisiaques, comme le blé et le jaune d'œuf, présentent un point commun qui est leur haute teneur en vitamine E, (connue aussi sous le nom de «Vitamine de la fécondité» mais dont le rôle exact n'est pas encore bien défini...)

Notons cependant que, dans cette question des aphrodisiaques (aliments et préparations) l'auteur manque parfois d'objectivité et certaines recettes proposées, «secrètes, et un peu «magiques» sont parfois même dangereuses comme cette préparation qui comprend le staphysaigre ou «herbe aux poux» V. 537.

Dans la liste des aliments condamnés par l'auteur : Les

le régime traditionnellement adopté chez nous. Deplus, le professeur évoque bien des variantes et nous avons relevé :

des conseils diététiques selon l'activité V. 58.

ce que l'on pourrait rapprocher d'un régime désodé V. 220 et V. 221, qui de plus est, se rattache à l'épanchement pleural et à l'ascite (des signes de déscordre hydroelectrolitique) ...,

de nombreuse allusions aux aliments grossissants (riz, pois chiches, ...) qui nous sembient rattachées à des préoccupations esthétiques ... à chaque époque ses normes !

Mais en faite, dans sa conceptualisation réelle, le régime qui ressort de la «Urjuzah» est très nuancé et dépasse le simple qualificatif de «carné» ou «diversifié» et, d'après les principes même régissant la médecine arabe, chaque individu a, selon le type de «caractère» («tab'») auquel il appartient, un régime propre comprenant les aliments qui lui sont adaptés (selon la règle d'équilibre des «tempéraments») et/ou qui sont préparés judicieusement, toujours dans ce même souci d'équilibre des «tempéraments».

Autrepoint de comparaison : l'étude de certaines propriêtés attribuées aux aliments.

Certaines propriétés reconnues aux aliments, dans la «Shaquruniah» sont encore actuellement confirmées par la science moderne et même exploitées.

Nous commencerons par l'orge qui est présenté V. 155 comme un remède de la constipation. En effet, le rôle bénéfique des céréales (le blé, l'orge, le maïs, ...) dans le traitement de la constipation par ralentissement est un fait reconnu; grâce à leur richesse en cellulose (dans le son), ils jouent un rôle de stimulants mécaniques pour les intestins lors du transit intestinal en donnant sa consistance au bol fécal. A cet effet, il existe actuellement des spécialités diététiques notamment à base de blé : «Action» «Fibronson», ....

Autre aliment, le caroube, décrit à V. 253 comme un as-

satisfaction ( quantitative et qualitative ) en constituant de base (les glucides, les lipides, les protides) ainsi qu'en vitamines, en sels minéraux et en oligo-éléments, reconnaît différents types de régimes alimentaires, ainsi :

- Selon les habitudes alimentaires = nous distinguons principalement.
- le régime carné (dit «diversifié»), qui comprend la chair des animaux dans l'alimentation et qui est le plus couramment adopté de par le monde;
- et les régimes végétariens, qui écartent eux la viande de l'alimentation; c'est le cas du régime n'écartant que la chair des animaux (régime ovo-lacto-végétarien) et de celui écartant tous les produits d'origine animale aussi bien les viandes d'une façon générale et les oeufs, que le lait et les laitages (régime végétalien); intermédiaire entre ces deux précédents, il y a un régime excluant la chair des animaux et les oeufs tout en admettant le lait et ses dérivés, assurant ainsi un apport adéquat en proteènes animales.
- Selon les necessités et les circonstances, il ya de nombreuses variantes, par exemple :
- Selon l'ige en effet, l'alimentation du nouveau né et du nourrisson est totalement différente de celle du vieillard.
- Selon l'activité en effet, un travailleur de force aura un besoin alimentaire plus grand qu'un sédentaire —
- Selon les états morbides par exemple, pour combattre l'obésité il ya le régime hypocalorique, l'hypertendu est amené à adopter un régime sans sel, le diabétique un régime sans sucre, l'urémique devant éviter les aliments riches en purines..

En revenant à la «Shaqrùniah», nous pouvons dire, à la lumière de ce qui précède, que le mode d'alimentation conseillé correspond au régime carné («diversifié») en excluant toutefois la viande de porc et l'alcool pour des raisons religieuses; ceci est d'ailleurs D'ailleurs, le lait et les laitages ont eux aussi une place importante dans le domaine de l'hygiène alimentaire tant pour leur valeur diététique est bien soulignée par le professeur, que pour les nombreuses mesures hygièniques desquelles il font l'objet, et à ce propos, l'auteur ne fait hélas aucune allusion, ne serait ce qu'à l'ebullition du lait avant le consommation.

Après les «viandes» d'une manière générale, l'auteur aborde le chapitre des fruits puis des légumes qu'il sépare bien des précédents. Le fait de réunir ces deux types d'aliments se justifie vu qu'ils sont tout les deux d'origine végétale et qu'ils représentent tout deux la principale source de vitamines pour le corps. Cependant, la classification adoptée pour leur présentation et qui les regroupe, tantôt selon leur lieu de culture, tantôt selon la saison de cueillette, tantôt selon une propriété commune..., est très loin de la classification scientifique moderne (familles, genres, espèces); toujours est-il qu'elle a le mérite d'être pratique car elle se rapproche de la réalité quotidienne et il reste facile de s'y retrouver.

L'auteur passe ensuite en revue les épices ou plus justement les condiments, car il y inclut le persil, le vinaigre,...

Ces produits qui ne sont pas des aliments à proprement parleront tout de même une grande importance dans l'alimentation car, en donnant du goût aux aliments, ils éxcitent l'appétit et favorisent ainsi la digestion . La seule critique à ce chapitre est que l'huile d'olive, comme l'auteur, le fait d'ailleurs remarquer lui-même, est un aliment au sens propre du terme et pas seulement un condiment.

Le professeur termine par les eaux de boisson (commentées à part, vu l'importance du chapitre) et par les laits et leurs dérivés (commentés dans le chapitre des produits d'origine animale).

Comme autre point pratique de comparaison, il y a le régime alimentaire, et dans le but de déterminer le type de régime preconsié dans la «Shaqrùniah», commençons par rappeler les différents modes d'alimentation actuellement admis.

La diététique moderne, tout en prenant comme règle de base la

riz. le millet,...) et les légumineuses (les haricots, les poischiches, les lentilles, les fèves.). I e fait que ces aliments soient traités en premier indique qu'ils représentaient certainement la base de l'alimentation ( comme c'est le cas encore de nos jours dans notre pays) D'ailleurs ces deux families d'aliment, bien que différentes, ont un point commun au deià de leur aspect exterieur, qui est leur richesse alimentaire, grâce notamment à leur haute teneur en proteïnes végétales.

Après, le chapitre des «graines», vient celui des aliments composés, très interessant par les nombreuses spécialités culinaires qui v sont énoncées ( mais qui se passe de commentaire ) puis l'auteur passe à une succession de chapitres — les viandes de boucherie, les volailles (et les oeufs), les poissons, le gibier à poil qui réunit en faite les produits d'origine animale (source de proteïnes animales), et nous avons choisi de dire quelques mots à propos de la viande; en effet, concernant cette dernière, les jugements du professeur tout au long de son oeuvre sont variables, tantôt il la prise tantôt il condamne fortement quelques sortes d'elles rappleant en cela la polémique actuelle à propos de cet aliment. Dans ce même chapitre, nous avons relevé une remarque interessante : la notion du risque de «putréfaction» du jus de viande, contre laquelle le professeur met en garde c'est cela d'ailleurs qui oblige à obeir à une règle d'hygiène de base, la réfrigération immédiate des viandes vu leur haut potentiel de souillure et de putréfaction. Dans ce même ordre d'idée, rappelons une autre mesure d'hygiène tout aussi importante que la précédente et qui est le contrôl vétérinaire de la viande dans le but d'éviter les nombreuses maladies contagieuses, bactériennes et parasitaires que celle-ci est susceptible de transmettre au consommateur (Brucellose, kyste hydatique, caris, ...) et que le professuer évoquerait à propos de la condamnation de la viande de vache qui «provoque, dit-il. des tumeurs «(= Kyste hydatique!?).

Cependant, comme critique de ce chapitre, notons que le lait et ses dérivés, qui constituent eux aussi essentiellement une source de proteines animales, sont relégués à la fin du chapitre diététique, après les eaux de boisson alors qu'il avraient fort bien pu trouver leur place dans cette rubrique.

— Ils auraient pour but de faciliter sa digestion V. 53. Ces trois hypothèses pourraient d'ailleurs toutes être valables selon les cas...

En ce qui concerne la diététique moderne, la détermination des besoins alimentaires de l'organisme repose sur des bases totalement autres dont la principale est la satisfaction aux besoins énergétiques (chiffrés en Calories), le but étant d'assurer le métabolisme de base, le déroulement des différentes fonctions, le travail musculaire etc... Le rôle des aliments est de fournir cette énergie grâce à leur teneur en glucides, en lipides et en protides; il faut deplus respecter un certain nombre d'équilibres dont l'un des plus importants concerne la proportion adéquat entre ces trois constituants de base; enfin, pour être complète l'alimentation doit fournir au corps, dans des quantités bien déterminées, les substances qu'il ne peut fabriquer et qui sont : certains acides aminés (dit «indispensables» ), les vitamines, les sels minéraux (Calcium, phosphore...) et les oligo-éléments (Fer, etc ...).

De ces données découlent le calcul de la ration alimentaire (en moyenne, 2000 calories par jour pour un adulte normal) et le régime alimentaire, ainsi que la classification et le mode de description des aliments qui se base sur leur teneur en protides, glucides, sels minéraux, vitamines, ...).

Ainsi, la divergence entre ces deux conceptions est flagrante et l'analyse réelle de la «Urjùzah» sur les bases scientifiques modernes est impossible à faire, cependant, à travers l'application pratique, il est tout de même possible d'en faire une approche et nous l'avons fait à propos de la classification des aliments, à propos du régime alimentaire et de certaines propriétés des aliments qui sont des découvertes de l'observation et de l'expérience (non en rapport avec le principe des éléments).

Pour étudier la classification des aliments dans la «Shaqrùniah» nous avons repris le plan adopté par le professeur en le commentant au fur et à mesure.

L'auteur commence parce qu'il appelle les «hubùb (graines) en réunissant sous ce terme les céréales (le blé, l'orge, le maīs, le Rappelons que selon le principe des éléments (V. le chapitre principes de la M.A.), chaque individu a un « caractère » donné (selon la proportion des quatres humeurs qui le constitutuent), qui révèle toujours un certain déséquilibre (chaud, froid ....); d'autre part, et de la même façon, chaque aliment a un tempérament donné (selon la proportion des éléments qui le constituent); ainsi le rôle qu'ils vont jouer est d'équilibrer le «tempérament» des individus

Cette façon de voir va donc intervenir à tous les niveaux et notamment :

- dans la détermination du mode d'alimentation (le régime alimentaire).
- et dans le mode de description des aliments; à ce propos, voici le plan type que nous avons relevé chez le professeur A. Ibn Shagrùn :
  - 1. Le tempérament de l'aliment.
- L'action de l'aliment sur l'organisme et le professeur cite à ce sujet, d'un côté l'action prévisible de par son tempérament (rechauffer ,refroidir, ...) et d'un autre, la (ou les) actions(s) une constation d'expérience (comme var expemle la propriété astringente du caroube).
- Les variétés (pour les aliments d'origine végétale); et notons à ce sujet que toutes sont des variétés locales très spécifiques au Maroc et parfois même à l'épopue ...
- 4. Les «correctifs» de l'aliment = («Islàh et notons, à propos de cette notion qui revient souvent dans la «Urjùzah», qu'il y aurait trois hypothèses d'explication :
- Les correctifs auraient pour but d'équilibrer le tempérament de l'aliment lui-même.
- Ils auraient pour but de le compléter au point de vue nutritif V. 59.

D'autre part, et du point de vue purement linguistique, l'étude des termes techniques de la pharmacopée, de la diététique, etc ... (par exemple quant à leur origine arabe, bebrère, persane, grecque,...), est, elle aussi, un domaine de recherche qui ne manque pas d'intérêt.

Cependant, nous nous sommes limités dans ce qui suit à un commentaire concernant essentiellement les domaines de l'hygiène abordés dans la «Shaqrùniah» et ce à la lumière des connaissances actuelles. Notre commentaire portera donc sur la diététique, les eaux de boisson (que nous avons traitées séparement de la diététique), l'hygiène du vêtement, l'hygiène des habitations et l'hygiène du voyageur. Disons dès à présent, qu'il ya là un écueil à ce commentaire, et c'est de s'engager dans la critique d'une conception donnée au moyen d'une autre conception aux critères totalement différents et nous essayerons d'éviter cela en n'engageant la discussion que sur des points pratiques et précis à propos de chacun des domaines étudiés.

## A propos du chapitre de diététique :

La diététique est la branche de l'hygiène qui s'interesse à l'alimentation de l'homme et, comme nous l'avons déjà signalé, elle est basée, dans la «Shaqrùniah», elle aussi sur le principe des éléments; ainsi, il est impossible d'en faire une analyse à la base des critères scientifiques modernes tout au plus pourrons nous, sur quelques points pratiques, faire des rapprochements, par exemple au sujet de la classification des aliments, du régime alimentaire et de certaines propriétés des aliments.

Enfin et indissociable de la diététique, il est beaucoup question, dans ce chapitre, de maladies (physiopathologie et traitement) ce qui nous a poussé à reserver un paragraphe à ce sujet en fin du commentaire.

Avant d'aborder les comparaisons et les commentaires, commençons par voir les bases théoriques respectives de la diététique, selon les classiques (médecine arabe), et selon la conception moderne actuelle:

#### Pour ce qui est de la forme :

C'est dans un poème au style léger et familier que l'auteur a choisi de nous faire partager son savoir, et, malgré son souci de rigueur scientifique et l'introduction par moment de formules pieuses, il n'en conserve pas moins un certain sens de l'humour.

Dans ce genre de poème, appelé «rajaz», chaque mètre (ou vers) est composé du pied «mustaf 'ilun» repété six fois dans une répartition en deux hemistiches qui rhyment entre elles. Ce style de composition était très utilisé à l'époque et notamment dans les ouvrages scientifiques, au point qu'il fut appelé «l'âne de l'étudiant». Certes cette forme versifi se manque parfois de clareté à cause de ses longueurs et ses chevilles et de son apparance compacte, certes elle peut sembler comme «pas très sérieuse» pour véhiculer un savoir scientifique; toujours est-il que la lecture en est très agréable et, grâce au rythme et à la rhyme, elle offre toutes les facilités pour la mémoire, un peu comme de nos jours ces «moyens mnémotechniques» très utilisés et très chers aux étudiants.

## Pour ce qui est du fond :

La somme des renseignements contenus dans la «Urjuùzah» est considérable; en effet, cette oeuvre reflète une époque et une civilisation avec tout ce que cela sous-entend comme mode de vie, habitudes alimentaires, style d'architecture, genre de vêtements, relations commerciales (ex: avec la France, les toiles de lin de Rouen..). et même, circonstances politiques .. et sur chacun de ces points, il vaurait largement matière à discussion.

# TROISIEME PARTIE

COMMENTAIRE

V. 625 « .... Celles (les habitations) qui sont exposées au vent d'Ouest conviennent aux fiévreux ...»

A la lumière de ce qui précède, nous voyons qu'il s'agit là d'une médecine essentiellement préventive qui s'attache avant tout à maintenir intact l'équilibre du corps humain (par l'utilisation adéquat de tous les facteurs de son milieu extérieur à savoir les aliments — les habits — les habitations et le climat) et éviter ainsi la maladie.

Ces principes et ce vocabulaire de base étant acquis, il est plus aisé de comprendre la «Shaqrùniah».

Il est question, dans la «Urjùzah», d'autres «tempérament» non prévus dans le principe de base et pour lesquels nous n'avons pas d'éxplication logique, il s'agit des «tempéraments» suivants :

- «Lavyin» que nous avons traduit par «doux»,
- «Latîf» que nous avons traduit par «subtile»,
- «Ghalîd» que nous avons traduit par «grossier»,
- et «al-ludùnah» que nous avons traduit par «moux» (mollesse).

V. 228 «Le tempérament du renard est chaud et sec.... il est de la plus grande utilité contre ... les rhumatismes.»

Notons toute fois, qu'un traitement de ce genre doit prendre en considération le «caractère» propre du sujet auquel il est prescrit pour éviter d'aggraver son déséquilibre «naturel» des tempéraments; de là vient la notion de «contre-indication» dont nous avons un exemple :

V. 534 .. «cette dernière ( préparation ) ne convient pas aux bilieux, présèrve les donc d'un grand mel.»

#### Application à l'hygiène du vêtement :

Chaque tissu a, lui aussi, un «tempérament» propre (selon la proportion des éléments qui le composent) et doit donc être adapté au «caractère» de l'individu qui le porte; on lit ainsi:

V. 606 «Les habits de laine sont d'un tempérament chaud et sec, ils permettent de dessécher le pituiteux.. mais pour le bilieux c'est le pire des habits....»

(Rappelons, pour la compréhension, que le pituiteux a un éxés de pituite qui est froide et humide et que, à l'inverse, le bilieux a un éxés de bile qui est chaude et sèche).

# Application à l'hygiène des habitations :

Les habitations, par leur «climat» intérieur, protègent les occupants en assurant la constance de leur tempérament, ainsi nous lisons.

V. 628 — 629 «Les vestibules sont froids et secs; c'est donc le meilleur emplacement .. au moment des vagues de chaleur d'été ...»

De plus, l'exposition même des habitations aux différents vents a, elle aussi, une importance, puisque chaque vent a une influence propre sur le tempérament des occupants, et on peut lire par exemple : chauds aggraveraient son déséquilibre et lui seraient donc néfastes. C'est ce qui ressort par exemple V. 337 et V. 341.

- «Les dattes ont une tendance chaude .... elles ne conviennent pas aux bilieux...».
- Sachant cela, la question qui vient à l'esprit est : comment déterminer le «tempérament» d'un aliment ? A ce propos, il ya dans la «Urjùzah» plusieurs allusions du Ibn Shaqrùn, qui nous laissent entrevoir que le goût est un moyen de détermination du tempérament; ainsi; nous pouvons lire par exemple V. 416, à propos d'une variété de cardons :
- « ... Son tempérament est sec et chaud, comme en témoigne son goût amer ....»

ou encore V. 362

«Les olives sont de tempérament chaud, la preuve en est donnée par leur goût amer ....»

ou encore à la V. 419 V. 420.

«Le chardon est humide et froid, en effet, son goût, d'après le spécialiste, est doux et agréable dans les bonnes proportions.»

## Application à la pathologie et la thérapeutique :

L'état de malacie est considéré, selon cette doctrine, comme le résultat d'un déséquilibre important du tempérament. Il y a ainsi des maladies dues à un éxés de chaud, et ce sont par exemple toutes les fièvres; il y a des maladies dues a un éxés de froid et c'est le cas des rhumatismes, etc....

Le traitement va donc consister à apporter des produits doués de la propriété antagoniste et comme illustration de ceci, voici deux exemples tirés de la «Shaqrùniah» :

V. 358 «L'azérole est de tempérament froid et sec, pour cette raison elle convient au fièvreux».

ments, de l'individu en question; ainsi, à ces quatres humeurs correspondent quatre «caractères» ( ou types d'individus ) différents selon la prépondérance de l'une ou l'autre :

- un éxés d'humeur «sang» donne lieu au caractère sanguin («addamawi»)
- un éxés d'humeur «phlegme» (ou pituite), donne lieu au caractère phlègmatique (ou pituiteux) = al balghamî.
- un éxés d'humeur bile jaune donne lieu au «caractère» bilieux («as-safrawî).
- enfin un éxés d'humeur atrabilieuse (ou bile noire) donne lieu au caractère» atrabilieux (as-sawdawi).

Notons qu'il est possible pour ces humeurs de se transformer l'une en l'autre par un phénomène de «combustion» et nous en avons un exemple :

V. 341 : «... elles (les dattes) ne conviennent pas aux bilieux chez lesquelles elles transforment rapidement le sang en bile noire;...

Le but, pour un parfait état de santé est d'obtenir et de maintenir l'équilibre parfait du tempérament et donc des humers dans l'organisme; dans la pratique, ce principe interesse tous les domaines de la médecine et de l'hygiène.

#### Application à la diététique :

Prenons l'exemple d'un sujet au «caractère» bilieux (ou plus simplement dit : «un bilieux») par définition, il a un éxés de chaud et de sec, et c'est donc des aliments froids et humides qui lui conviendront pour rétablir son équilibre; pour illustrer ceci, citons un exemple :

V. 245, 246: «Les cerises ont un tempérament froid et hurside, ... elles pallient aux méfaits de la bile jaune ....»

Inversement, et en gardant l'exemple du «bilieux», les aliments

#### Ver : 37 : «Le blé est de tempérament chaud ...»

Parfois, c'est deux des éléments qui sont prépondérants, si c'est par ex. l'eau et l'air, le corps en question est dit froid et humide; à titre d'exemple citons :

V. 245 : ... «Les cerises ont un tempérament froid et humide» Enfin, si tous les éléments sont présents dans les mêmes proportions, l'aliment est dit équilibré («mu'tadil»); on lit ainsi dans la «Shaq-rhniah» :

V. 263 : «Les pommes mûres, elles, tendent vers l'équilibre...»

Précisons à ce sujet que, pour un même tempérament il y a quatre degrés (un peu comme un coefficient d'activité) et nous en avons un exemple :

V. 402, 403: «... La première variété (d'oignon) atteint le quatrième degré (de chaud) ... la seconde est du troisième degré ... la troisième est de degré inférieur à la précédente».

#### La notion d' «humeurs» et de «caractère» :

Pour ce qui est du corps humain, les quatres éléments se combinent pour former tout d'abord les quatres «humeurs» («Khilt — akhlàt), qui elles, vont constituer les différents organes. Les quatre humeurs sont :

- le sang («ad-dam»), qui est de tempérament chaud et humide,
- le phlègme ou pituite («al balgham») qui est de tempérament froid et humide.
- la bile jaune («as -safrà») qui de tempérament chaud et sec.
- et enfin la bile noire ou atrabile («as?sawdà'») qui de tempérament froid et sec.

La proportion des quatres (humeurs dans l'organisme détermine ce que l'on appelle le «caractère» («at-tab'») ou encore le «tempéraAvant d'aborder la lecture du texte de la «Shaqrùniah», et pour permettre de suivre sa logique, il est indispensable d'avoir une notion des principes sur lesquels l'oeuvre est basée; c'est le but de ces quelques lignes. Rappelons encore une fois que cette doctrine est celle de la médecine grecque.

#### La Notion «d'élément» et de «tempérament» :

Tout commence par les quatres éléments qui sont les constituants de toute matière : le feu, l'air, l'eau et la terre; chacun d'eux a sa qualité propre :

- pour le feu c'est le chaud («al haràrah»)
- pour l'air, l'humidité («ar-rutùbah»)
- pour l'eau, le froid («al bard»)
- et pour la terre, le sec («al yubs»);

C'est la proportion de ces quatres éléments dans un corps ou une matière donnés qui en détermine ce que l'on appelle le «tempérament» («al mizàj»); ainsi un des éléments peut être prépondérant; si c'est p. ex. le feu, le corps en question est dit de «tempérament» chaud («hàrrun»); si c'est l'eau son principal constituant, il est dit de «tempérament» froid» («bàridun»), etc .....

C'est dans ce sens qu'il convient de comprendre les descriptions faites dans la «Shaqrùniah», par exmple à propos des aliments, lorsque l'auteur dit

## LES PRINCIPES DE LA

MEDECINE ARABE

```
en fin de mot:t
                               ī
w
        8
                                   en fin de phrase : h
m
        sh
                          doublement de la con-
ص
مص
مض
        g
        đ
                                   somne.
                   ال ( القمرية )
                                   al, ex; al qamar
ь
        t
                    اله ( الشمسية )
                                  ex : a sh-shams
        z
```

les voyelles :

Brèves : a, i, u (prononcer ou)

longues : à, ì, ù, (prononcer ou)

Le tanwin (voyelles répétées) : an (prononcer «ane»), in («ìne» un («oune»).

#### VERTISSEMENT

Pour la clareté de la présentation nous avons réparti le texte de la «Shaqrùniah» (la question comprise ) en pages comprenant chacune quinze vers numérotés de un à quinze, ceci donnant un total de 48 pages que nous avons numéroté de 1 à 18 (indépendamment de la numérotation des pages du livre). C'est toujours à ces numéros de pages et de lignes que nous renvoyons lorsque nous écrivons par exemple v. P 2/L5...

Chaque page de transcription est suivie d'une page de lexique de ses termes techniques et d'une page de traduction elle aussi présentée en lignes numérotées de 1 à 15.

Pour la transcription française des termes arabes nous avons adopté la méthode dont le tableau suit, (méthode proposée par les experts arabes devant la conférence géographique internationale pour la normalisation des noms géographiques).

	a'	٤	,
¥	b		gh
ت	t	ع ف	f
ٿ	th		q
Œ	j	ق ک	k
ひいじょ	h	ل	ı
č	kh	٢	m
š	đ	;	n
3	dh	Ā	h
J	r	و	w
ż	£	G	y

Eile nous a été gracieusement indiquée par un des conférenciers le Dr Abdelhadi TAZI.

# DEUXIEME PARTIE LA «URJUZAH A SH-SHAQRUNIAH»

Un passage de l'«Anis» laisse supposer qu'il professait à Meknès à la mosquée voisine du tombeau du Saint Sidi Ahmed Ben al Khadra, et dans le livre «Al Manza' al-Latif «( de l'écrivain Ibn Zaydân) il est cité parmi les médecins particuliers du roi Moulay Ismati.

Il eut lui-même des «disciples» (élèves, dont les deux plus connus sont :

- Le Cheikh Sidi Salah Ben al Ma'ti a sh-Sharqî qui était alors le «Syyid» de Boujad (au Tadla), et qui fut l'inspirateur de «Shaqrûniah».
- et Al 'Alamí, sus-cité, qui a relaté dans son livre «al Anis», plusieurs recettes médicales et magiques recueillies au contact du médicin.

Abd al Qâdîr Ibn Shaqrùn a été cité comme étant l'auteur de quelques ouvrages littéraires (inconnus en ce jour), de même que de poèmes dont certains sont relatés dans l'«Anis». Dans le domaine médicale, nous avons de lui les «recettes médicales» citées dans le «Anis» et le Dr. H.P.J Renaud a signalé l'existence d'une oeuvre de A. Ibn Shaqrùn traitant spécialement des simples mais dont le manuscrit n'a pas encore été retrouvé; Cependant, son oeuvre principale et la plus répandue dans le Maghreb est la «Shaqrùniah; c'ile fut présentée pour la première fois à Meknès en 1113 Heg. = 1702 — 1701 et c'est elle qui constitue l'objet de notre étude.

#### BIOGRAPHIE

#### (DE 'ABD AL QADIR IBN SHAQRUN)

Abu Muhammad 'Abd al Qâdîr Ibn Shaqrun, surnommé «al Maknâsî («de Meknès»), pour le distinguer d'un homonyme qui vécut à Fès à la fin du 18ème siècle, fut un contemporain du roi Moulay Ismaîl (1672 — 1727), mais nous manquons de précisions au sujet des dates excates de naissance et de mort.

#### Il étudia:

- A Fès; et c'est là qu'il connut son maître de médecine le plus marquant, Abu 'Abd Allah Muhammad Adarrâq (membre de la grande famille des Adarrâq qui a donné de célèbres médecins dont l'un d'eux 'Abd al Wahhâb Ben Ahmed Adarrâq, était contemporain de A. Ibn Shagràn).
- A Meknès, où il connut auusi de grands maîtres aussi bien dans la médecine que dans la littérature et la religion.
- Au Moyen Orient enfin (à l'occasion du pélerinage à la Mecque) et notamment en Egypte, où il assista aux cours du médecin Ahmed az-Zaydân qui lui enseigna, entre autres, le résumé du «Canon» d'Avicenne par Ibn An-Nafis.

Homme de lettre, homme de religion et poète de valeur, comme il a été décrit par le grand lettré de son époque Ibn At-Tayyib al 'Alamf (dans son livre «Al Anis al Mutrib», Ibn Shaqrùn était avant tout un médecin et un pharmacien.

Faisant suite à cette époque et dès la 13ème siècle, il survint une décadence dans tous les pays musulmans qui se répercuta sur la science (donc la médecine): cependant, il persista malgré tout des foyers culturels islamiques; c'est le cas de l'Egypte au Moyen Orient et du Maghreb; ce dernier appraraît ainsi comme le dernier refuge de la science (et notamment de la médecine) arabe d'Occident.

Ainsi, à l'époque de la «Shaqrùniah» la médecine arabe était encore pratiquée à titre efficiel et enseignée au Maroc. Le principal centre d'étude était l'université Qarawiyyîn de Fès où les maîtres de médecine à l'honneur étaient les auteurs orientaux aussi bien classiques (tels que Avicenne et Bhazès), que modernes (tel que le syrien Dawùd al Antaki du 16ème siècle) ainsi que les auteurs occidentaux (comme Abulqâsim), sans oublier les auteurs purement marocains dont nous citerons à titre d'exemple : — de la fin du 16ème siècle Al Wazîr Al Ghassâni, auteur entre autres d'une oeuvre relative aux plantes médicinales et au drogues (1), la «Hadîqa (que G.S. Colin avait commencé à traduire) :

— et parmi les contemporains de Ibn Shaqrùn, le médecin 'Abd al Wahhāb Ben Ahmed Adarrāq auteur entre autres d'un poème sur la menthe; mais la liste est bien plus longue(1) c'est dans ce contexte qu'il convient de replacer le professeur Abd Al Qâdir Ibn Shaqrùn et son œuvre la «Shaqrùniah».

Pour plus de renseignement consulter : H.P.S. Renaud, De quelqua acqui. rec. s. hist. med. arabe au Maroc

850 — 923, Ibn Sînâ («Avicenne») 980 — 1036, Ibn Nafîs (deuxième moitié du 13ème siècle); elle fut suivie par l'école d'occident, dans l'espagne musulmane. avec elle aussi des noms célèbres comme Abu al Qâsim 936 — 1013, Ibn Zuhr («Avenzoar») 1101 — 1161, Ibn Rushd («Averroès») 1126 — 1198.

Son extension à travers le monde non musulman et notamment vers l'Europe, a débuté dans l'école de Salerne grâce aux traductions en latin des oeuvres arabes par Constantin l'African 1019 — 1089) (1019 — 1087), et va se continuer peu à peu.

Pour donner une idée du rôle qu'a joué cette médecine au Moyen âge dans cette partie du monde, il suffit de rappeler que parmi les 13 premiers livres qu'a passédé la bibliothèque de la faculté de médecine de Paris (instituée vers la fin du 14ème siècle), six volumes étaient des traductions latines d'oeuvres médicales arabes(1) à savoir : le «Colligec» d'Averroès, le «Canon» d'Avicenne, l' «Antidotaire» d'Abu al Qasîm, le «Continens» de Rhazès; le «Canon» a été un des ouvrages classiques de tout le Moyen âge médical (jusqu'au 16ème siècle).

En fait, le déclin de la médecine arabe avait déjà débuté au 13ème siècle, mais il ne se fit sentir que progressivement. Ainsi, ce n'est qu'après la chute de Constantinople (15ème sicèle) que, de nouveau, les oeuvres de médecine grecque parvinrent, directement en Europe, ouvrant ainsi la voie à la médecine de la Renaissance. D'ailleurs, à cette époque, les principes médicaux grecs sont peu à peu abandonnées et cèdent la place à une nouvelle conception médicale, celle de la médecine actuellement pratiquée; nous citerons par exemple un contemporain européen de la «Shaqrùniah», le médecin italien Malpigui (1628 — 1694).

En ce qui concerne plus spécialement le Maroc, à l'époque de l'âge d'or de la médecine arabe en Occident (11ème — 12ème siècle), il formait avec l'Espagne musulmane un seul et néme pays; d'ailleurs, cette époque coincide avec la «reconquista» qui va provoquer l'emmigration vers le Maroc de nombreuses familles andalouses et parmi elles celles d'imminents médecins, comme les «Avenzoar».

<sup>(1)</sup> A. Hahn Hist. d. 1. med. et d. livre med.

#### HISTORIQUE

Nous n'avons pas, dans ce chapitre, l'intention de reprendre en détail toute l'histoire de la médecine arabe; notre but est uniquement d'éclaircir ce qu'a été sa source et de voir brièvement quelle a été son évolution à travers le monde jusqu'au 18ème siècle (date de la composition de la «Shaqrùniah». Ceci nous permettra d'une part de préciser le type de médecine pratiqué à l'épopue arabe et d'autre part de déterminer le contexte médical de la «Shaqrùniah».

A l'époque préislamique, il n'y avait chez les arabes de la peninsule arabique, qu'une médecine primitive; les connaissances et les pratiques médicales étaient le fruit de découvertes fortuites et de l'observation ... Il s'y mélait aussi beaucoup de magie ou de superstition.(1)

L'avènement de l'Islam va complètement révolutionner cet état de chose. En effet, les fidèles, engagés dans la guerre sainte pour propager le message divin, vont découvrir, par la même occasion, les civilisations des peuples «conquis»; c'est ainsi que, lors de la conquête de l'Egypte ils découvrirent pour la première fois la médecine grecque (2) alors enseignée à l'école d'Alexandrie à travers les oeuvres de Galien; de là, commença le mouvement de traduction de ces oeuvres en langue arabe.

Dans le monde musulman, la première école institutée a été celle d'Orient célèbre par ses grands noms comme Ar-Râzî («Rhazés»).

<sup>(1)</sup> L. Leclerc. Hist. de la med. arabe.

<sup>(2)</sup> Ils devalent par la suite la redécouvrir lors de la «conquête» de la Mésopotamie et de la «conquête» de la Perse.

alkarim al Qadiri al Hassani, réalisée à Fès en 1324 de l'Hég (1906 —1907). (voir photocopie de la première page ; Figure 3).

D'une manière générale, la «Shaqrùniah» débute ainsi (dans les trois copies) :

- Gloire à Dieu, Le Sage et le Guide Qui inspire la guidance à chacun des dévots,
- Qui fait tomber la pluie du ciel et apporte la nourriture à la végétation.

Rappelons qu'elle fut écrite par le médecin 'Abdal Qadîr Ibn Shaqrùn en réponse à une question d'un de ses «élèves», question elle même se présentant sous forme d'un poème «Urjuza» de 51 vers et qui figure en tête de la «Shaqrùniah» dans les conies A et C; elle débute ainsi:

Voyez la photocopie de sa première page dans la copie A (figure 1 bis).

Le texte final présenté, riche de 674 vers, est le fruit d'un rapprochement entre les trois copies A, B et C que nous avons complété l'une par l'autre; chaque divergence entre les copies et, signalée et précisée dans le texte par un renvoi en bas de page. Nous avons jugé utile de faire également figurer le texte de la question, en tête de la «Shaqrūniah», comme cela se présente dans les copies A et C.

#### LES MANUSCRITS

Pour notre travail de transcription nous nous sommes basés sur le texte des deux mansucrits de la «Urjùzah» de la bibliothèque générale de Rabat et sur une lithographie de fès.

Le premier manuscrit, que nous appelerons copie A, est compris dans un «Majmu" « ( ou recueil de plusienrs oeuvres manuscrites ) sous le numéro D1602. La «Urjùzah» (et la question de l'élève) y figure de la page 111/A à la page 127/B.

La «Shaqurùniah» proprement dite comprend 667 vers, à raison de 23 vers par page d'une écriture de style maghribi, vocalisée; transcripteur et date de transcription nous sont inconnus. ( voir photocopie de la première page = Figure 1).

Le deuxième manuscrit, que nous avons appelé copie B, est compris lui aussi dans un «Majmi'», sous le numéro D991. La «Urjùzah» y figure de la page 203/A à la page 236/B et comprend 667 vers à raison de 12 vers la page, dans une écriture de style maghribi vocalisée. Sa transcription a été achevée le dimanche 3 cha'ban 1183 de l'Hèg, goct. (1774 — 75), sous la plume d'un nommé Mohamed Ben Ibrahim al Qurtubi ar-Ribati. (Voir la photocopie de la première page = Figure 2).

La lithographie, que nous avons appelé copie C, est elle aussi tirée d'un recueil, appelé «Majmu'al Mutùn,» et y figure de la page 376/B à la page 403/B (la question de l'élève comprise). L'oeuvre proprement dite comprend 673 vers à raison de 26 vers par page, dans une écriture de style maghribi, vocalisée et très lisible. Il s'agit d'une lithographie de l'imprimerie de Moulay Ahmed ben Abd-

#### PREMIERE PARTIE

PRESENTATION

ageur; l'auteur y a inclus également quelques données de pharmacologie et de thérapeutique.

Cette oeuvre, bien que composée à une époque de déclin pour la médecine arabe, (et certains passages reflètent effectivement cet état de fait), présente un intérêt certain qui se mesure à ce fait qu'elle a pu s'imposer, au milieu de la foison des oeuvres médicales similaires écrites à la même époque, elle fut ainsi enseignée à l'université (Qarawiyyin de Fès jusqu'au début de notre siècle et fut lithographiée (imprimée) à Fès en 1906 ainsi qu'à Tunis vers la même époque.

Plus, et outre sa valeur purement médicale, elle offre, d'une part un intérêt historique médical, étant un reflet de ce que fut la médecine arabe (ses principes de base et ses pratiques), d'autre part un intérêt linguistique, en révélant l'éventail des termes techniques de la diététique et de la pharmacopée marocaines.

D'ailleurs, elle n'a pas manqué d'attirer l'attention des orientalistes spécialisés dans les «affaires» marocaines tel que le Dr. Renaud, suscité, qui dans un article conscaré à l'étude des médecins marocains antérieurs au protectorat, (1) a cité les différents chapitres, à la suite d'une brève biographie de son auteur le médecin A. Ibn Shaqurun.

Le but de ce travail a été avant tout de rendre cette œuvre accéssible au lecteur; c'est dans ce souci que nous avons commencé par la situer dans son contexte historique médical (en commençant par préciser sa source qui se téouve dans la médecine grecque) et que nous avons exposé les principes sur lesquels elle se base, avant d'aborder sa transcription et sa traduction accompagnées d'un lexique des termes techniques; à ce propos precisons que notre instrument de travail a été essenticllement le livre de H.P.J. Renaud et G.S. Colin, Sus-cités), «Tuhfat al ahbâb» ou Glossaire de la matière médicale marocaine; cependant tous les vernaculaires utilisés dans la «Shaqrùniah» ne s'y trouvaient pas et nous avons eu parfois recours à d'autres sources bibliographiques (indiquées au fur et à mesure) ainsi qu'à l'enquête orale.

<sup>(1)</sup> Renaud : De quelques acqui, rec. s. hist. med. arabe au Maroc.

La Médecine Arabe est un domaine qui a beaucoup attiré la curiosute, aussi bien du specialiste que du profane et de nombreux ouvrages lui ont été consacrés, nous citerons parmi eux le classique chistoire de la médecine arabes du Docteur L. Leclerc, et les travaux plus recents d'enquetes nistoriques, de traductions ,d'elaboration de

glossaires etc ... du Dr. H.P.J. Renaud et de G.S. Conn qui se sont plus particulierement interesses a la medecine arabe au Maroc et dont les oeuvres nous ont servi de base dans notre travail : «De la Médecine Arabe du 18ème siècle à travers la Urjuzah ash-Shaqur'injah».

Le terme de «Urjûzah» s'applique à un type particulier de poème et c'est sous cette forme que l'enseignement etait dispensé à l'epoque pour favoriser la mémoire des étudiants; dans ce même style, les oeuvres de médecine arabe les plus célèbres sont les «Urjûzah» de seuvres de Médecine arabe les plus célèbres sont les «Urjûzah» de SUN ABD RAPPEH ARRAZI — ET IBN TUFAIL(1) d'Avicenne.

Le terme de «Shaqrûniah» correspond au nom de l'auteur, le médecin Abd al Qâdir Ibn Shaqrun qui composa cette oeuvre en réponse à une question, elle est même présentée sous forme de poème, qui lui rut adressée par un de ses fameux élèves le Cheikh Sidi Salah Ben Al Ma'ti ash-Sharqi

Il a'agit d'un véritable traité d'hygiène dont la plus grande partie est consacrée à la diététique (ou hygiène alimentaire) mais comprenant également l'étude d'autres domaines de l'hygiène, à savoir : l'hygiène du vêtement, l'hygiène des habitations et l'hygiène du voy-

<sup>(1)</sup> Rosa Kuhine : La' : URJUZA Fi L-71BB

#### PAR Dr. ABDEL HADI TAZI

Ce n'est pas parce qu'il est mon fils, mais lorsqu'il s'adressa à moi pour me demander de l'aider dans l'élaboration de ce travail, j'ai remarqué qu'il était sincère dans ce qu'il entreprenait, persévérant dans sa tâche. Sa culture arabe ne valait certes pas sa culture française. Cependant, grâce aux efforts continus qu'il fournit durant cinq années, il put enfin surmonter l'obstacle linguistique. Il devait alors découvrir que l'urdjuza l'a «servi» utilement, et qu'il a pareillement, rendu service à celle-ci en la sortant de l'ombre et en la mettant à la disposition non seulement des arabophones, mais auss des francophones.

Je fus bien heureux d'avoir assisté — avec d'autres — à la soutenance de sa thèse importante à la Faculté de Médecine, de l'Université Mohammed V, pendant l'été 1980. Mais mon bonheur fut encore plus grand, quand mon fils fut reçu avec la mention très honorable et félicité par les membres du jury, lequel prit la décision de proposer son travail pour le Prix consacré au thèse relevant de la discipline médicale.

Le Docteur Badr TAZI a ouvert l'un des plus importants dossiers de l'histoire de la médecine. Il s'agit en effet de recourir à nouveau aux données et principes sur lesquelles nos ancêtres se basaient quant a l'exercice de leur métier, d'approfondir leur étude, de les assimiler .. «d'en prendre soin».

Dr. Abdelhadi TAZI

#### A NOTRE PRESIDENT DE THESE, MONSIEUR A. BENCHEKROUN

Professeur d'urologie au C.H.U. de Rabat.

Nous vous remercions pour la confiance que vous avez placé en nous en acceptant de présider à l'élaboration de ce travail, pour l'honneur que vous nous faites en présidant cette thèse et pour le précieux enseignement que vous nous avez donné. La faculté de médecine de l'université Mohammed V de Rabat a vécu vendredi un événement unique en son genre.

Il s'agit de la soutemance d'une thèse de doctorat en médecine sur le thème. Lla médecine marocaine au 18ème siècle à travers l'Urjuzah Achakrounia» présentée par l'étudiant M. Badr Tasi.

La soutenance s'est déroulée sous la présidence du professeur en urologie. Abdellatif Bencheiroun avec la participation du professeur Abdellatif Berbich membre de l'Académie du Royaume du Maroc et du Pr. Benyahya.

Le Dr. Badre Taxi a soutenu brillament la thèse et a obtenu la mention très honorable avec échange international et proposition pour le prix consacré aux thèses médicales. (MAP).

	Presentation s.c. a.c. s.c. a.c. a.c. a.c. sic. a.c. sic.	11
	Preface to a set the see see the act at	12
۳.	Premiere Partie — Presentation	15
_	Historique	18
_	Biographie (De'Abdal Qadir Ibn Shakrun)	21
	Deuxieme Partie — La «Urjuzah A Shaqruniah	23
	Vertissement	24
	Le Principes De La Médecine Arabe	27
	Troisieme Partie Commentaire	35
	Conclusion take take take and and take and take	56
_	Bibliographie Ouvrage En augLe Française	59
	L'œuvre Proprement Dite	65

. بستم الله الرحن الزحيت

# La médecine arabe au XVIII<sup>o</sup> Siècle à travers al "Urdjuza Ash-Shakruniyya"

étdité et annoté par

Dr. BADR TAZI

Traduction et préface de

Dr. ABDELHADI TAZI



Publié par

L'Organisation Egyptienne Générale du Livre 1404 --- 1984

# LA MEDECINE ARABE AU XVIII° SIECLE A TRAVERS AL «URDJUZA ASH-SHAKRUNIYYA»

### La médecine arabe au XVIII° Siècle à travers al "Urdjuza Ash-Shakruniyya"

étdité et annoté par

Dr. BADR TAZI

Traduction et préface de

Dr. ABDELHADI TAZI



٠٧٦ فرسا

Publié par L'Organisation Egyptienne Générale du Livre 1404 — 1984